明治四十年五月二十日發行

（明治二十年十一月本會創立）

婦人衛生雜誌

第二百十號

第三種郵便物認可明治廿六年四月四日
毎月一回二十日發行
内務省許可明治二十一年二月二十八日

私立大日本婦人衛生會

Digitized by Google
Original from UNIVERSITY OF MICHIGAN

婦人衛生雜誌

第貳百拾號目次

Digitized by Google　Original from UNIVERSITY OF MICHIGAN

大日本婦人衛生會

六月例會通知

來六月一日（第一土曜日）午後一時半より神田區一ッ橋通女子職業學校に於て例會を開き左の講話有之候間萬障御繰合せ御知友御誘引御來會被下度候也

一演題未定　醫學博士　弘田長君

一身體及其保護（續）　ドクトル　富士川游君

明治四十年五月

私立大日本婦人衛生會

Digitized by Google
Original from
UNIVERSITY OF MICHIGAN

私立大日本婦人衛生會

設立趣意書

凡そ人として此世にありては徒に生けるのみをもて足れりとするにはあらずかならずや智識を磨き人たるの本分を盡くし幸福快樂のうちに一生を送らんと皆ともに希はざるはあらじされども其身健康にあらざれば此生活を得んといと易からずこれ衛生の道の一日も忽にすべからざる所以なりとす

抑も〳〵衛生の法は一にして足らずとはいへども衣食住の改善育兒及看病法等の如きはいと緊要の事にして皆吾等婦人のもつぱら掌るべき所其責任重しと云ふべし今や婦人の會合相繼て起り婦人社會も漸く其の面目を改めんとするは眞に喜ばしきことなりされども夫の衛生の事に至りては更に注意を惹かざるもの丶如くまことに口惜しきことなり因りて頃日同志婦人集ひ謀り一會を設け名けて私立大日本婦人衛生會といひ毎月一同集會を開き學識經驗ある人々に衛生上諸般の講話を乞ひ互に相研究し尚之を筆記して冊子を編輯し會員に分ち聊か同胞の爲めに益すあらんとす玆に本會旨趣の梗概を叙べて廣く江湖の諸愛姉に告げ其贊成を仰ふぐことしかり

明治二十年十一月　　首唱者總代

私立大日本婦人衛生會規則摘要

（明治卅二年十二月改正）

第一條　目的　本會の目的は汎く婦女子をして人生の健康を保持する方法を講究し衛生上の智識を開發せしめ延て社會全般の幸福を增進するにあり●第二條　本會は私立大日本婦人衛生會と稱し之を東京に置き地方に便宜支會を設く●第三條　本會員たらんと欲する婦人は何人にても入會することを得●第四條　入會の節は姓名族籍住所及會員の種類を明記し本會事務所に申込まるべし入會者には會員證を交付す（交付手續は末に詳なり）入會後轉居等あるときは速に事務所に報知せらるべし●第五條　會員を分ちて終身、特別及通常の三種とす、終身會員は一時に金廿五圓以上特別會員は一ヶ月金三拾錢以上、通常會員は一ヶ月金拾五錢を納むる者とす●第六條　男子にして本會の旨趣を贊成する者は之を贊成員とす其會費は本會員に同じ但本會に功勞ある者又は本會に於て特に贊成員たることを望みたる節は役員の協議に依り無會費とすることあるべし●第七條　會員は本會に於て毎月發刊する雜誌を無料にて受ることを得●第八條　退會せんとする者は其旨本會事務所に報知し死亡する時は親戚知友より通知せらるべし但既納の會費は總て返戻せず●第九條　本會に推戴員を置き其中より總裁一名を奉じ皇族の妃殿下に仰出るものとす●第十條　本會に左の役員を置く　會長一名、副會長一名、幹事七名、評議員二十五名、書記若干名●第十一條　會長副會長幹事評議員は隔年三月の總會に於て會員の投票を以て之を選擧し書記は幹事の推薦に依り會長之を命ず但書記は都合に由り會員外の婦人若くは男子に託することあるべし●第十二條　會長は本會を總理し副會長は會長を補佐し會長事故ある時は之を代理し幹事は會務を掌理し評議員は必要なる會務を評議し書記は役員の命を受け諸記錄雜務を掌る幹事の分課を設け第一會計、第二編輯出版、第三庶務とす●第十三條　臨時指名委員の件●第十四條　會長副會長幹事評議員の任期は二ヶ年とす滿期再選することを得若し任期中缺員を生ずるときは次點者を以て補缺す●第十五條　會長副會長幹事評議員は無給とす書記には相當の報酬を給す●第十六條　集會は例會總會及評議員會とす集會は八九月を除くの外毎月一回とし總會は三月に之を開く若し急要の事あるときは臨時に總會を開くことあるべし又春秋二回會員相互親睦の爲め園遊會を開くことあるべし●第十七條　毎會學識經驗ある人々に衛生上の講義演說談話を囑託し會員をして隨意聽講せしむるものとす●第十八條　會員は家族の婦女若くは知己の婦人を本會々場に誘致し講義演說を傍聽せしむることを得（但衣服は總て質素たるべき事）●第十九條　講義演說會は男子の傍聽を禁ず●第二十條　規則の改正其他重要の件評定のこと●第廿一條　毎年三月總會に於て會計の收支決算並に庶務の概要會員の增減等を報告すべし●第廿二條　本會の所有金は本會の名義を以て三井銀行に預くるものとす●第廿三條　本會計の收支總て會計擔任の幹事檢印を要するものとす●第廿四條　會計は一ヶ年毎に決算し翌年三月總會に報告すべし

支會●第廿五條　地方に於て本會々員十名以上發起者あるときは其規則を定め本會長の承認を受け支會を設立することを得●第廿六條　本會々員にして支會を設立せんとするときは發起者の姓名を記載して申出べし爾後員數增減あるときは其姓名を支會より本會事務所に報告すべし本會々員にして支會に加入したる者の會費は本會に納付することを止め支會の規定に依るものとす●第廿七條　支會には支會限りの會員を設くことを得●第廿八條　本會の雜誌は支會に同送すべきを以て其實費を支會より本會に送付すべし支會限りの會員にして雜誌を請求する者に就きても亦同じ●第廿九條　支會は毎會の都度其狀況を本會に報告すべし

●雜件第三十條　本會は毎月一回雜誌を發刊し之を會員に配付すべし●第卅一條　會員又は會員外の者にして金圓若くは書籍物品等を本會に寄贈する者ある時は本會々長の名を以て謝狀を贈り寄附者の姓名及品目を雜誌に登錄し尚本會雜誌を以て報告すべし●第卅二條　會費金は受領證を交付すべしと雖も地方會員にして小爲替又は郵券にて納むるものは受領證を送として別に返信料を添へらるべし（郵券送一割增）●第卅三條　會費は東京府下に限り毎月領收人を差出すべし地方會員は總て前金とし小爲替にて本會事務所々在の郵便局（牛込築土八幡町郵便扱所宛）振出しあるべし●第卅四條　會員中若し本會の障害となるべき所爲ある者又は屢々會費を督促するも納付せざる者あるときは會長評議會の決議を經て除名し若くは廣告することあるべし

事務所　東京市牛込區上宮比町八番地　私立大日本婦人衛生會

○役員姓名

東伏見宮依仁親王妃
總裁　周子殿下

會長　侯爵夫人　鍋島榮子
副會長　濱尾作子

（いろは順）

幹事　鳩山春子
仝　羽田三緒子
仝　岡田德子
仝　高木かう子
仝　山本多穗子
仝　松平芳子
仝　三浦教子
評議員　石川貞子
仝　岩下ゆか子
仝　濱田捨子
仝　長谷川仲子
仝　仁禮壽賀子
仝　四　升子
仝　穗積歌子
仝　土肥多越子
仝　緒方悦子
仝　岡山とし子
仝　小川孝子
仝　男爵夫人　加藤鈴子
仝　片山龜子
仝　吉武輝枝子
仝　丹波貞子
仝　高橋孝子
仝　田村きよ子
仝　男爵夫人　南部限子
仝　中濱芳子
評議員　子爵夫人　山口貞子
仝　松井正子
仝　岸　理子
仝　三宅藤子
仝　宮本樂子
仝　宮下咲子

●支會　千葉、新潟、山形、宇都宮、茨城、高崎、米澤

本會特別贊成員

（●は本會の爲め講演又は執筆せられし諸氏）

醫學博士　●入澤達吉君
理學博士　●飯島魁君
ドクトル　●伊澤信平君
●色川圀士君
醫學博士　●伊東祐彥君
ドクトル　●飯盛挺造君
醫學博士　●伊藤隼三君
理學博士　●石川千代松君
赤十字社內科部醫　●岩井禎造君
醫學士　●石原久君
醫學士　●磐瀬雄一君
醫學士　●石原喜久太郎君
貴族院議員　濱尾新君
醫學博士　●濱田玄達君
法學博士　●鳩山和夫君
東京　萩原彌四郎君
醫學博士　●芳賀榮二郎君
●長谷川泰君
新潟　●長谷川一銓君
小兒科　小原綱之君
醫學博士　●岡田榮吉君
醫學博士　●林春雄君
醫學博士　●佐藤達次郎君
醫學博士　●緒方正規君
步兵中佐　●堀内文次郎君
醫學博士　●土肥慶藏君
醫學博士　●岡田和一郎君

醫學博士　●大澤謙二君
醫學士　大四秀治君
醫學博士　●大澤岳太郎君
一等藥劑官　●恩田重信君
醫學士　若杉喜三郎君
醫學士　●渡邊房吉君
男爵　●加藤弘之君
醫學博士　●加藤照麿君
醫學士　●賀古鶴所君
醫學博士　●河本重次郎君
醫學博士　●片山國嘉君
醫學士　●川上雅量君
醫學士　●樫田龜一郎君
醫學博士　●金杉英五郎君
醫學士　●笠原光興君
醫學士　●唐澤光德君
醫學士　●河野衛君
醫學博士　●高橋順太郎君
ドクトル　●高山紀齋君
醫學博士　●高木兼寛君
法學博士　高木豐三君
醫學博士　●田代義德君
新潟　●田代亮助君
男爵　高崎正風君
醫學士　●竹中成憲君
醫學士　●高田耕安君
新潟醫學專門學校長　●高橋長五郎君
藥學博士　●丹波敬三君
醫學士　高橋貞碩君
藥學博士　●田原良純君
醫學士　●田村光顯君
醫學士　●久保猪之吉君
醫學士　●米山彦郎君
二等軍醫正　●星野篠光君
醫學士　●宮本俶君
三等軍醫正　●横井忠國君
大日本教育會長　辻新次君
理學博士　●坪井正五郎君
醫學博士　●長與稱吉君
男爵　南部鞏男君

理學博士藥學博士　●長井長義君
醫學博士　●遠山椿吉君
醫學博士　●中濱東一郎君
醫學士　●黑田玄通君
醫學士　●栗本庸勝君
海軍中佐　●小笠原長生君
醫學士　村松紙三君
醫學博士　●隈川宗雄君
醫學博士　●栗本東明君
醫學士　●山田鐵三君
醫學士　●山田弘倫君
醫學士　●山根正次君
岡山　山川春二君
衛生試驗所技手　●丸山長四郎君
ドクトル　●松山陽太郎君
ドクトル　●小此木信六郎君
盲啞學校長　●小西信八君
廣島　小泉貫君
醫學士　●古川榮君
東京　布施正顯君
南滿洲鐵道總裁　●後藤新平君
元帝國大學教授　●エ、ベルツ君
醫學士　●甲野棨君
文部書記官　●寺田勇吉君
醫學士　●寺田豐作君
醫學士　●寺田織尾君
子爵　秋元興朝君
前軍醫總監　●足立寛君
ドクトル　●新井古芳君
ドクトル　●富士川游君
高崎醫會長　土谷全次君
產科婦人科　●水原漸君
ドクトル　●久保田誠麿君
醫學博士　●佐々木政吉君
醫學士　●淺田央君
醫學博士　●朝倉文三君
ドクトル　●朝山義六君
醫學博士　吾妻勝剛君
醫學博士　●佐藤三吉君
醫學士　●櫻井郁二郎君

ドクトル　佐伯理一郎君
醫學博士　●榊順次郎君
醫學博士　●榊保三郎君
醫學士　●佐藤得齋君
醫學博士　●櫻井恆次郎君
醫學博士　●桐淵鏡次君
醫學士　●北村精造君
醫學博士　●北島多一君
ドクトル　●北川乙二郎君
醫學博士　●木下正中君
醫學士　●北島小太郎君
醫學博士　●北里柴三郎君
醫學博士　●三浦守治君
醫學博士　●三浦謹之助君
小兒科專門　●宮本仲君
理學博士　●箕作佳吉君
醫學博士　●三島通良君
醫學博士　●三宅秀君
醫學博士　●三輪信太郎君
伯爵　土方久元君
醫學士　●島村俊一君
醫學博士　●弘田長君
ドクトル　●日高昂君
ドクトル　●須田卓爾君
醫學士　●澄川德君
醫學博士　●木村德衞君
醫學博士　森林太郎君
醫學士　●笹川三男三君
醫學士　●波多野惇君
醫學博士　●吳秀三君
ミス　●リツデル
ミス　●ヒユース
ミセツス　●コーツ
ドクトル　●菊池循一君
醫學士　●橋本左武郎君
醫學士　●鳥居春洋君
ドクトル　●土田卯三郎君
ドクトル　●佐藤運雄君
ドクトル　●四山信光君
醫學士　●澤崎寛制君

Digitized by Google
Original from UNIVERSITY OF MICHIGAN

講演

美貌の話

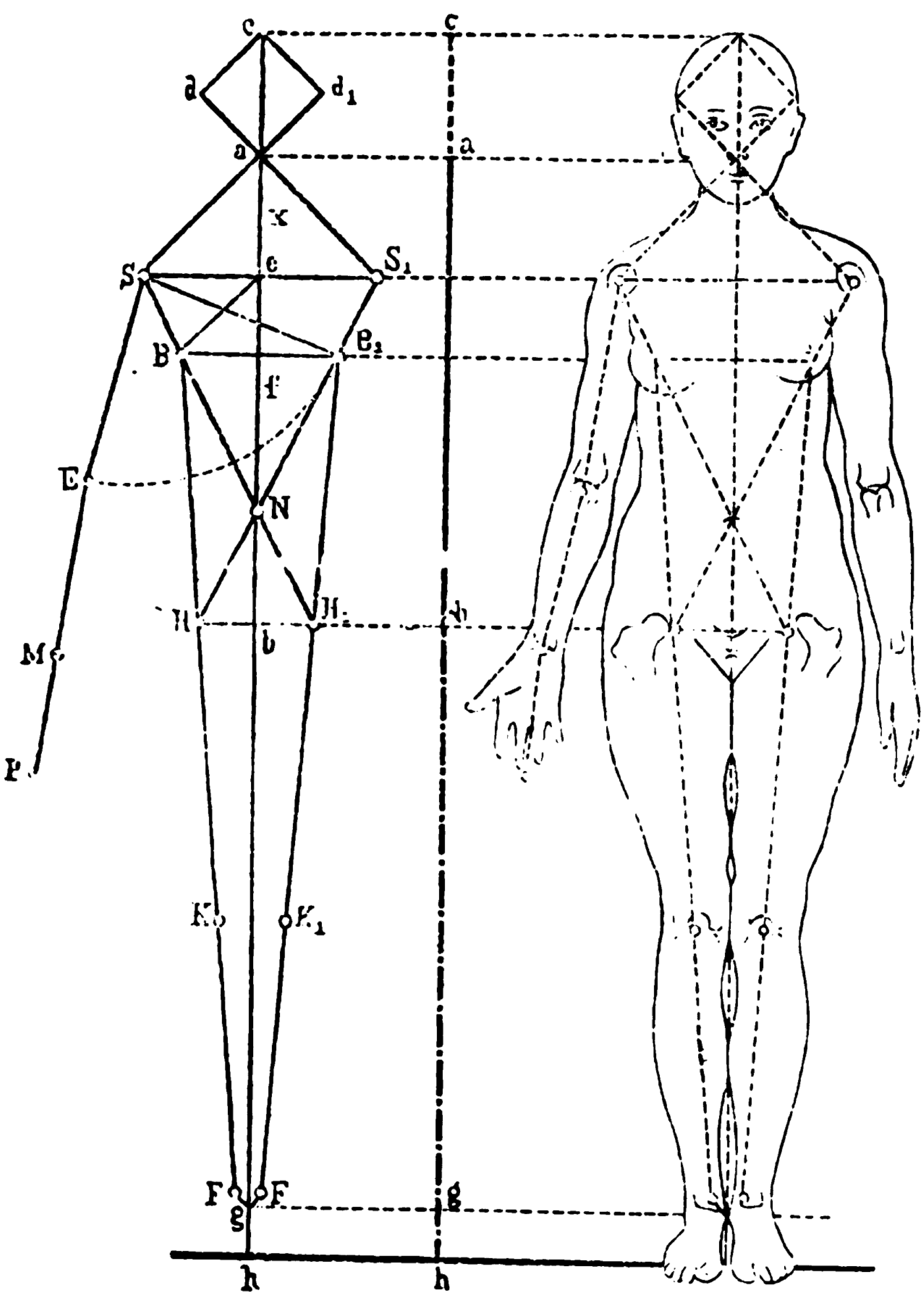
ドクトル　富士川游君

私はこれまで、病氣のお話を大分長く續づけて致しまして、病氣の大體のお話は、濟んだ積りでございますが、今日お話を致しますのは、その附錄で、早く言ひますと、これから榊さんのお話になる精神の衞生の反對に、身體の衞生の一部の事を申し上ぐるのでございます。

古來美人といふこと、——人間の美くしいといふことは、色々言ひ方は違ひますけれども、衞生の方から言ひますと、人間の美麗なといふことは、人間の出來具合、即ち人間の身體が全く健康に出來て居ることを云ふのであります、御承知の通り、是まで普通に美人と云ひますのは、顏と手と足とを見て言ふのであつて、畫に描きましたものでも、或は種々の書物に書いてあるものでも、たゞ顏と手と足とを見て美しいといふのであります、偶に顏と手足とより外に、身體のことを調べて見て美人であると云ふ場合でも、例へば彫刻の如き、顏と手足との外に、身體の他の處を調べて、美人と云ふ場合でありましても、これは古來の言ひ傳へを以て、美しいと云ふのを拵へるのであつて、實際醫學の方から言ふて、眞の意味の美といふものに適つて居ないものがある。

それて人の美しいと云ふことは英語の「プロポーション」——人間の身體の權衡——比例が正しく出來て居なければならぬ、人間の身體の比例のことは、委しく言へば中々六ケ敷ものでありますけれども、其大體を申し上げますと、一番先に此事を學問上に

第一圖



定めたはクヱトレーと云ふ人てあります、クヱトレーが人間の身體の寸法を取て見て比例のことを言ひました、色々込入た事が有りますけれども極く纒つた所をお話すると

身體の比例を見るには、色々の方法がありますが、普通に多くの學者の間に用ひられて居るのはフリッチュ氏の法てあります

フリッチュ氏の法ては、先づ脊柱の長さを、基本とするので、脊柱の長さは、鼻下より恥骨縫際上部までの距離て定める、第一圖のab線がすなはちそれてあります

このab線を基本として、これを四個に平等に區劃し、その一個宛が寸法の率とするのてあります、すなはち最下の區劃點(N)が臍に當り、上より二番目の區劃點(e)は肩胛の高さに相當す。今ab線の上方に、右の一個率の寸法だけを延長すれば頂點cに達す、e點より左右に各一個率だけの長さを延ばす時は肩胛(SS_1)に達す、b點より左右に各半個率の長さだけ延ばせば股(H、H_1)に達するのてある、それて今兩肩胛より交叉性に左右股を連結する線を畫くときは其線は臍の所にて交叉するやうになる、日本の人などを此率で取りますと身體の比例が惡いために大抵此處で交叉しない、玆に描いてございますのは此寸法にすつかり合ふて居る人間て、歐羅巴の婦人て極く發育の美しい模形てあります、斯う云ふ身體の比例の良く出來て居りますのが無論美しいのてありまして、此比例が極めて美しく出來て居りますのは、すなはち身體が健全なる發達をして居るのてあります

次には身體の各部分の發育がうまく出來て居る、身體各部の發育に缺點のないと、云ふことが人間の美しいと云ふ一の條件てあります

(此時、演者は諸種の眼の形を書ける圖を示す)

此が日本人の目て、此が西洋人の目、横から切て見ると斯ういふ風になる、日本人の目と歐羅巴人の目

とはこれと此處が違つて居る、正面から見ると此處が違ふ、何方がうまく發育して居るかと云ふと無論これより此方が美しい、日本人の目でも斯う云ふ風の目は有るのであります

(演者、此時鼻の形を畫ける圖を揭げ示す)

此鼻は日本人の鼻でない、皆西洋人のでありますが、橫から見たところ、此鼻は西洋人の貴族の鼻、此は眞つ直になつて居る、此は少し持上つて鈍くなつて居る、此は鷹の鼻また鍵鼻とも云ふ、此はセミーテンといふ人種があつてそれが持て居る鼻、歐羅人の鼻は重に斯う云ふ風に人相學の方で別けてあります、これは別問題でありますが、例へば此鼻の人は根性が曲つて居る、此は鷹揚だ、此は正直だと云ふやうに人相の方で鼻の形を言ひますが、此の方の鼻(圖を示して)は確に發育の美しい鼻に出來て居る、此鼻も橫から見るといけませぬが正面から見ると美しい、此鼻は發育の惡いものであります、鼻の形は自分に拵へたものでない、授かつた物、貰つたものでありますから、それが鈍鼻であらうが、高鼻であらうが、直鼻であらうが、仕方がないやうでありますが、一概にさうは言へない、鼻は橫から見ると斯うなつて居る、(圖を畫きて)これだけは骨であつて、此高くなつて居る處は骨でない、ずつと底に骨があつて口の上まで來て居る、此鼻の高い處の兩側は軟骨と稱して軟かな骨と筋肉とから出來て居る、其筋肉は精神の働が能く働けば働くに從ふてそれが强くなつて其結果鼻は高くなり美麗になる、子供の時の鼻は御覽の通り後に立派になる鼻でも、へこんだやうな低い鼻をして居る、悲しいとか嬉しいとか、物事を研究するとか或は考へるとか、云ふ風に精神を働かせますと、其爲に鼻は高くなる、一人〳〵に就ては能く判りませぬけれども纏めて調べて見ますと、實際精神をよく働かす人の鼻は高い、一人〳〵に就て調べて見ると鼻の低い人にもえらい人があり、鼻の高い人にも馬鹿な人が有りますが、纏めて

調べますと精神を働かす者の鼻は美麗てさうして高い、それは西洋の人の調べた物があつて精神の働と鼻の形の良否とは爭はれない關係がある、歐羅人にも此樣な鼻と(圖を示す)此樣な鼻が幾つも有る、けれども大體に於て高い、此は蒙古人の鼻、此は亞弗利加のネグロ(黒ん坊)の鼻であります、色々の種類の極端を指したのであります、身體の形は生來でありますけれども其肉で出來た處或は骨で出來た處でも、精神の働き其他て以て多少自由にすることが出來ると云ふことてあれば、これは一寸考物てあります

次に榮養の良いと云ふことも人間の身體の美しい一の條件、生活の方法の正しいと云ふことも一の條件、人間が發育をして居る時分例へば母の胎内に居る時分、色々の働きの具合て以つて身體に不十分の處が出來る、或は兩方から合ふべき處が合はないて兎脣と云ふのが出來、或は人間の左右が平等に往かなかつたり、或は指が六本あるとか、或は三本しかないと云ふやうに人間の身體に障りが出來る、これは母の胎内に居る時分發育を妨げらるゝのであります、榮養及び生活の方法は生れてから後て今申したやうに骨の發育が惡かつた爲に、或はX字脚とか、或は脊椎の彎曲(傴僂)と云ふやうなものが出來る、これは重に榮養と生活の方法が惡いのであります

$$\frac{身長 \times 胸圍}{240} = 體重$$

子供の身體の長さを測り胸の周圍を測つて其身長と乘合せてそれを二百四十て割るさうすると此目方が出る、其目方に合ふた者であれば榮養が良いと云ふのであります、其榮養の良いのが人間の美しいといふ條件の一つてあります

次に遺傳とか病氣の爲に身體が美しくなくなる、これは別にお話する必要もない

次は着物で身體が惡くなる、一體着物と云ふものは體溫を調整する爲てありますが、今日吾々が着物を

着て居ると云ふことは單に體溫を調整する爲めのみてない、それは人間を美しくしやう、即ち人間の身體の惡い處を隱さうと云ふその目的の一つて、流行と云ふことは全く衞生とは離れて、其流行の爲に却て身體を惡くすると云ふことがあるのてあります、其中て最も著しいのは西洋てやりますコルセット、日本の帶てあります、身體の眞ん中の細いのが美しいと云ふやうなことからコルセットを用ゐて其幅を小さくしやうとする、これはコルセットを用ゐないても自然に委して人間の中腹は細いのてあります、良く發育した人間は腹の中程は細く出來て居りますからコルセットを用ゐ其他類似の方法を以て殊更に細くする必要はない、婦人の骨盤は男の骨盤とは異つて居りまして、後ろから見ると男より大きく見えますけれども、其大きく見えると云ふことが美しいのてあります、殊更に帶を用ゐて隱すと云ふことは理窟に合はない、兎も角もコルセットを用ゐることも日本の帶を用ゐることも其目的は美を飾るのてありませう、或意味て言ひますと身體の出來損ひを隱蔽しやうと云ふのてありますから、衞生の方から言ふのと大分異つて居りますけれども、これは美を飾ると云ふことゝ衞生の方とは餘程調和しないと、其衣服の感作の爲に、即ち衣服の作用の爲に身體を害することが隨分多いやうに思はれます

此の如く、身體の比例が惡いとか、或は病氣のため、或は遺傳のため、或は榮養とか衣服等の働を以て人間の形が良くなつたり惡くなつたりすると云ふことを申しましたが、其中て人間が生れてから後、即ち榮養とか或は生活の方法或は病氣て以て身體が惡くなると云ふことは隨分多いのてありまして、これは人間の力を以て殆と左右することが出來る、鼻とか目とかいふ他から授つた物ても多少吾々の力を以て低い鼻を高くすることも出來、惡い目を良くすることも出來るのてあります、病氣て起きた身體の具合の惡いこと、生活の方法などて起きた身體の具合の惡いのは、大分は直すことが出來る、此等のことを

能く心得てやりますのが、身體の衛生——身體を健康に保つて行くので、身體の健康を十分に保つて行くとがすなはち美貌法の要旨であります、それで新い美貌法には種々の方法が有りますが、醫學の方から美と云ふことを言ひますのは前に申した通り身體の健康でありますから、身體が良く發育して其働が健康であれば、それが美である、從て此美貌法も醫學の知識によつて得た條件を守つて行くやうにしなければならぬ、大體に付て規則を拵へて言ひますと次の通てあります

第一、婦人の產前には極く寬かな着物を着て、さうして產後にはかたい着物を着る、それは極く簡單な規則てありますけれども、產前に寬かな着物を着ると云ふことは、胎內に居ります子供の發育を妨げる爲に色々の身體の出來るのを防ぐので、產後に着物を窮窟にするのはこれは母親のために身體の美を長く留めさする一の方法であります、英吉利では近頃此法が流行つて居る、御承知の通り英吉利の人は衛生の心掛が宜い、東印度の爪哇でグリターと云て腹へ帶をして締めて居る物が有る、爪哇の野蠻人種が使つて居りますが其方法に倣つて英吉利では頻に婦人がやつて居る（圖を示す）

第二、寬かな着物を着て運動を自由にする、子供の生れたては無論然うしなければならぬ、哺乳兒は是非寬かな着物を着て新鮮の空氣を吸はすやうにしなければならぬ、單に哺乳兒のみならず凡て人間はずつと大きくなるまで是は必要であります

第三、滋養の良い物を食て、新鮮の空氣を吸ひ、十分に眠ると云ふこと、滋養分の多い吸收しやすい物は消化器に對して、新鮮の空氣を吸ふは呼吸器に對して、十分に眠ると云ふことは神經に對してゞあつて、十分に眠て旨い物を食て新鮮の空氣を吸ふと云ふことは誰でも言ふことてどの衛生書にも書いてありますが、之を十分にすると云ふことは確に人間の身體を美麗にする方法であります

今まで申した所はたゞ一般の規則て斯う云ふ風にす

れば美麗になると云ふのみでありますから其方法が少し漠然として居りますが、一歩進んでもう少し綿密に申しますと、一體人間の外に出て居る所は皮膚でありますから皮膚を美麗にすると云ふことは第一に必要であります、皮膚の美と云ふことはどうして出來るかと云ふと、皮膚は御覽になつても分ります通り、小さい皺があつて其間に小さい毛があつて恰度天鵞絨のやうな構造に出來て居る、それがうまく行て居れば美麗であります、それがうまく排列しないと汚い、次に皮膚には脂がありますが、其脂が餘り多くてもいけない、少くてもいけない、適度の脂が出て居らなければならぬ



それから皮膚には血管があつて其中に血液が入つて居る量が適度にあれば皮膚の色が薔薇紅色で少し膩れた氣味になつて居る、これは無論結構であります、皮膚には彈力があつて引張れば元へ復へる、此彈力が無くなると皮膚が汚くなる

それだけの條件の良く備つて居るのが健康の皮膚でありまして、其健康の皮膚を備へて居るのが美であります、そうして此だけの條件は普通の健康の人には備つてあるべき筈てあります

皮膚の中にも着物に蔽はれて居る部分と蔽はれて居ない部分が有りますが、蔽はれて居ない部分は顔と手であります、其着物に蔽はれて居ない一番人の前

へ出て居る顔、其顔の皮膚を能く見ると乾燥する方の質と、乾かない脂の多い方の質とある、乾燥する方の皮膚でありますと色が黄色くて灰色で緩んで脆くて肌理が粗く破裂し易い、此方は極く乾燥した風に當るとか、日光に直射せらるゝとか、ストーブなどの強は火に當りますと破裂する、俗に胼が切れると云ふのはこれであります、脂のある方の顔面の皮膚になりますと一寸見ると光澤が有る、即ち乾燥せる皮膚と乾燥して居ない皮膚と二種有りますが、乾燥する方の皮膚は今お話申したやうに日光に當るとか熱い熱に當るとか云ふことは避けなければならぬ、のみならず此に對して一定の治療を加へなければならぬ、脂肪のある方の皮膚でありますれば脂肪を去ることを力めなければならぬ、それで皮膚を洗つて脂を取るには水を用ゐるのが普通でありますが、水の中に石灰の澤山有ります水即ち硬い水は宜しくない、皮膚があれるのであります、硬い水即ち石灰の澤山ある水を使ひます時には沸てそれへ少量の硼砂を入れて使ふ、石鹼を使ふも近頃の風習でありますが裝飾用の石鹼は匂を付けるために種々の物品が入るので皮膚に害をする、小さい腫物が出來るとか、色が着くとか、雀斑が多くなるとか種々の害がある、石鹼は基石鹼を用ふるが宜い、基石鹼と裝飾用石鹼との間にラノリン石鹼と云ふのがある、ラノリン油で以て造つた物で其他に種々有りますが、匂を付ける其物のために害があるのであります、さう云ふ風にして皮膚を洗つて之を乾かすには通常木綿の切布を用ふのがよろしい

其他に顔の皮膚に彈力がない、一寸見ると皮膚が灰色で萎縮して皺がよつて居るものがあります、これは重に病氣の結果であります、或は榮養が惡いとか生活の方法が惡いとか、其住居の空氣が惡いと云ふ場合でありますから、其原因を除くのが肝要であります、非常に蒼白い色は病氣であつて、重に貧血であります

皮膚の彈力が無くなると云ふことと殊に顔などは非常

に體裁が惡くなるために、男は左程でありませぬが婦人は皮膚の彈力を長く保つと云ふこと、即ち美を保つことが必要であります、これは俗に謂ふ顏の形を長く若くすると云ふこと、顏の皮膚の形を長く若い時のやうな有樣にして置かうと云ふので西洋でも盛んに此事が流行るのであります、若い時に目の下に皺が出來る、額に皺が出來ると云ふことは顏の美を損ずる、それで西洋には美顏術と云ふのがある、日本でもさう云ふことが新聞などにあつて、どう云ふ事をやつて居るか分りませぬが佛蘭西邊りで醫者のやつて居ります美顏術はマッサージであります、顏の皮膚の彈力の無くなつたのを長く彈力を殘して何時までも容貌を若くして置かうと云ふので此矢の方向にマッサージをする、そうして皮膚の彈力を長く殘して容貌を何時までも若くして置かうと云ふのであります、のみならず近頃は器械でマッサージをやつて容貌を美麗にする、例へば皮膚の下の脂肪の出來具合の多少によつて容貌が違ふから脂肪の多い時には減ずとか、彈力の無いのを增すとか、獨逸では近頃器械を用ゐて居る、器械は此であります（器械を示す）

皺の早く出來るのを防ぐには今お話した通りマッサージをやりますが、其外精神の作用で以て容貌が變るのでありますから精神の働をうまくして容貌を美麗にすることが出來る、詳しく申すと長くなりますが極く著しいことで皆樣にお話したいのは、鬱憂性の人、ヒステリーの人、醫者の謂ふヒポコンデリーの人、心理學者のいふ所の膽汁性、少しの事に怒つたり心配したり容貌を變手古にする人は、怒つたり蹙んだ顏をして後を、鏡を見て自分で容貌を直すやうにするがよろしい、又怒つた顏とか苦んだ顏心配した顏をして顏の形を妙にした場合、平穩の容貌でなく怒つた顏をして妙に筋を働かした後には水で顏を洗つて、其あとへ輕いコールトクリームを塗てマッサージをするがよろしい

毛髮の養生は子供の時からしなければならぬ、子供

Digitized by Google　Original from UNIVERSITY OF MICHIGAN

の時揃つて置いて中頃から始めると云ふのは少し遅いのてあります、毛は毎週一回シヤボンを以て洗ふ、佛蘭西の人は毛髪の粧飾の爲に燒酎を用ゐる、婦人の毛髪は長いものてありますから、幾つにも分けて海綿又は綿の切へ佛蘭西の燒酎を付けて分けた一束々々づゝに洗ふ、さうして櫛とブラシて塵を取てしまふのてあります、其櫛やブラシは餘程注意を要するのて櫛の目は成べく小さくブラシは柔かいのが宜い、毛を剪ると云ふことは毛を切るやうなものて長さを小さくして横に長くするのて、故に度々やると粗くなつて其あとへ出來ました毛は皮膚の中へうまく生へて居ないからよく拔けるのてあります、通常毛髪の粗い場合即ち脆い場合、それから佛蘭西の燒酎て洗つた場合にはあとて脂肪を付ける必要がある、通常ラノリンクリームを用ゐますが粧飾品店に賣て居る種々の香水白粉の類油の類は廣い意味に於て皮膚を害することは著しいもので、白粉、油、等に付ては此會でも古くお話があつて、今日世間に行はれて居る白粉中には非常なる毒物を含んで居ると云ふことは能く御判りになつて居ることゝ存じます

最早時間が迫りましたから是て御免を蒙ります

睡眠の研究

（茨城婦人衛生會に於ける講話）

講師　秋山洸二君

睡眠と云ふ事は吾人の生活中に於きまして最も重大なる現象てあつて、其適非如何に因りましては精神力の鋭鈍と身體力の健病とに關係すべきは勿論甚しきに至りましては、不治の精神病を發して死を免れざることさへあります、然るに斯の如く重大なる問題てあるに拘らず、其原理に付きましては、未だ確かな定説が無いので、吾々醫學社會に於きましても誠に遺憾に思つて居りましたが、就ては自分は至つて淺學てはあるが、どうか此學理を明かに致した

いと存じまして一昨年來自ら奮つて其衝に當り、學說と實驗とを相對照して日夜之れが研究に從事致しました處、幸ひにして此頃漸く其緒に就く事を得ましたから、今其梗槪を述べて皆樣の高敎を仰ふと存じます。

さて睡眠を廣義的に分類致しますれば、尋常睡眠と異常睡眠の二種あるもので、更に其異常睡眠を細別致しますと、

(一)催眠術的睡眠　即ち催眠(二)藥物的睡眠即ち痲醉及(三)病的睡眠即ち失神又昏睡等の區別があります、然し他の睡眠の事は專門學に屬しますから、今茲では只尋常睡眠計りに付てお話し申します。

▲尋常睡眠

尋常睡眠とは、吾人が日常爲しつゝある所の生理的現象でありますが、其原理に付きましては、諸說紛々として未だ一つも定まつた說はありませぬが、今其重なるもの二三を御紹介致しますれば

(一)化學的變化に歸する說。吾人が日常心身を勞しまするときは、組織の分解を促がして一種の化學的產物、所謂疲勞物質なるものを發生し、其蓄積に因つて睡眠の原因を爲すと云ふのであります。

(二)生理的變化に歸する說則ち腦髓の貧血を來たし、且つ種々なる官能の制止作用が行はるゝのに據ると云ふのであります。

(三)組織的變化に歸する說。大腦皮質に宿れる神經細胞には、各原形質突起並軸索があつて、平素即ち醒覺して居る時は、互ひに相關聯して精神作用を營んで居るものであるが、若し其突起を短縮し、或は軸索の位置を變へて細胞相互間の連系を絕ちましたときには睡眠を催すものであると云ふのであります。

(四)精神的變化に歸する說。自ら眠らうとする觀念を發しましたときには、暗示の作用に因つて睡眠を發すると云ふのであります。

(五)松菓腺の作用に歸する說。松菓腺と云ふ分泌腺がありまして、其分泌が增すと、眠りを催すと云ふ

ものもあります。

(六)複合說。以上の諸說を適宜複合したものでありまして、是れには種々な說がありますけれども、其內の一二を擧げますれば

(甲)第一と、第二の複合說で、即ち夫の疲勞物質なるものが、血管を開張せしむるから、自然と頭腦內の血量を減し、即ち腦貧血狀態と爲つて睡ると云ふのであります。

此說は現時盛んに唱道へらるゝ說であつて、文學博士福來友吉氏も亦此論者であります。

(乙)第二說と第四說の複合說で、即ち眠ろうと云ふ觀念を生じますれば、自然と睡眠中樞(延髓の血管運動中樞)に感應しまして腦貧血と爲り睡眠すると云ふのであります。

▲私の卑見

私も亦一個の複合說てはありますが、然し其論旨に於きましては、前說等とは根本的に違います、依て私は是れより其れを詳說しようと存じますが、先づ其準備として醒覺時に於ける精神機能に付て一言申して置きます。

▲精神機能に付ての卑見

抑も吾人の精神機能と云ふものは、知情意其他五官の中樞等てありまして、是等の機能を司どるものは大腦皮質に於ける各種の神經細胞(カハル氏細胞、大尖柱細胞、小尖柱細胞、多形細胞)、ゴルジー氏典型細胞、長突起細胞、短突起細胞)等の如き諸種の細胞ありてあります、而して右の內何細胞が何機能を營み、將た何官能が何細胞に由つて司とらるゝやは未だ明かではありませぬが、而し各特異の機能を分擔し、又格別の官能を掌理せるものであることは明かなる事實であります、且つ其細胞と細胞との間には神經纖維に因て、相互間を連繫致して居りますから、其機能も亦相互に連系して、所謂聯合作用を營み得るものであります、今此理窟を解し易いために假りに甲細胞は知識、乙細胞は情感、丙細胞は意志、丁細胞は五官の機能を司どるものと想像して其精神

機能を發動する情態を例へて見やうなら茲に人あり、或る春日、上野公園を逍遥しながら四邊を瞰めますれば、爛熳たる美花の滿目に映ぜるものがあるを覺へます、(丁細胞の興奮)彼れは是れ有名なる上野の櫻花である事を知り、(甲細胞の興奮)深く其盛觀を感賞し、(乙細胞の興奮)果ては、其一枝を手折らうと云ふことを望みました、(丙細胞の興奮)と致しますれば此場合に於ての精神機能は先づ五官中の視覺中樞細胞の興奮に始まりまして、知識を司どれる細胞に傳へ、夫れから、感情の細胞間を連互して各官能府の間を交渉しましたのは神經纎維の媒介に據るものでありまして、即ち意識力連合作用の現象であります

而して斯く意識力の活動を營みまするの原理は、抑も如何なる譯であらうか、今から其管見を述べましよう。

由來脳神經細胞は其軸索及ひ原形質突起と共に一定の張力が有つて、一定の運動を營むものでありまして、其張力あり、且つ其運動を爲しつゝある期間こそ、即ち精神の活動を爲し得るの期間であります、之を詳しく申しますれば、精神力を發動するには、必ず脳細胞の運動を要するのは勿論、其興奮するに從つて、倍々其運動を盛んならしむるのであるのに、若し精神力の鎮靜します時は、倍々其運動を旺盛ならしむるものであるのに、若し精神力が鎮靜したる時には、其運命も亦次第に減弱するので遂に無念無想の狀態に至るときは、殆んど之を認めない樣になります、而して其運動を起さしむる動力には、内因と外因の二つがあります。

甲内因は即ち意識力でありまして、一に自動力又無形的動力とも申します、即ち吾人の意識力は醒覺時中にありましては、絶えず發動して止む時がなく、即ち國家の事、人道の事、學問の事、生計の事、飮食の事、苦樂の事、天災の事、地變の事、色情の事等造次にも、顚沛にも、絶えず次から次へと、種々なる觀念を浮べ居るものでありますが、是等は皆其

意識力の刺戟に因つて脳細胞の活動を起すに由るものであります、故に若し觀念の高進したる場合、例へば學問に熱心である時、天災を深く恐怖して居る時、或は勃興したる色情が抑へ難い時等にありましては、其刺戟が强烈であるから、其活動力が烈しいけれども、之に反して觀念の冷かであるときには、其運動も亦從つて衰へるものであります。

）乙(外因)は即ち細胞外の動力でありまして、一に他動力又有形的動力と申します、是れに三種別があります。

(一)血液の化學的刺戟　抑も純淸なる血液即ち動脈性の血液は脳細胞に善良なる化學的刺戟を與へ從て其活動力を催進せしむるでありまするも、之に反して不純粹な血液即ち靜脈性の血液は、脳細胞を毒して其活動力を障害するものであります、例へば吾人が郊外を逍遙して新鮮なる空氣を呼吸し、純淸なる血液が脳質中を循流して居りますときは、神氣が頗る爽快でありますけれども若し陰鬱なる密室に蟄居し不潔なる空氣を呼吸して不純粹なる血液が脳質の中を循流致しまする時には、精神が朦朧として不快極りなく、間々眩暈に次いで卒倒することさへあるものであります、是れ蓋し脳細胞の不純なる血液に中毒したる所爲に外ならざるのであります、故に夫の「スペルミン」(精液中の成分なる)が脳力を强健にしたり、又神經興奮藥が脳力を活潑ならしむると申しますのは、則ち脳細胞に對して、善良なる刺戟物たるに外ならざるのでありますが、之に反して、諸種の痲醉藥が精神を昏濁し、又毒素の吸收が人事不省の狀態に至らしむることのあります等は、是れ必竟右等物質の成分が化學的に脳細胞を中毒して、其活動を障害したのに據るものであります。

(二)血液の器械的刺戟。之に二種類があります。

(甲)血壓。由來吾人の脳髓の内には、一定量の血液を充たし、一定度の血壓を得て始めて聢然なる精神作用を營み得るものでありまして、若し其量を增加

Digitized by Google　Original from UNIVERSITY OF MICHIGAN

して充血狀態となりました時は、腦力を興奮しまするが、之に反して、其量を減して貧血狀態に至らしめた時には、其沈靜を來して睡眠に至らしめるものであることは能く人の知る所であります、故に腦力其者には何等異常が無くも、若し之に伴ふ血液の供給を亂したならば、決して完全な精神作用を營み得るものではありませぬ。

今例を以て之を證しましように、玆に人があつて、美しい花を凝視て居るものがあるとしますれば、彼れ大腦皮質中の視覺中樞には著しく血量を導き(即ち充血)其部の細胞を活動せしむるものでありますが、他部例令ば聽覺の中樞は反つて貧血狀態となることがあります。

故に彼れが花を熱心に凝視めて居る間は、微聲なる他の談話は少しも彼れの自覺域に入ることがなく、大聲で呼ばれて初めて心附くことがあるものですが、是れ必竟彼れ視聽兩覺の中樞部に血量の相違があるのに據る者であります、又人が熱心に事物を考慮へつゝある時、例へば算術の難問題を考究へ、或は處世の難事に遭遇つたが爲め深思熟考して止まない時等にありましては、一に思考の中樞部に屬する細胞のみを活動し、他部の細胞は殆んど其用を廢した樣になるものであります、故に此際にありましては如何程麗かな物を見、美しい妙音を聽き、馥郁たる香を嗅ぎ將た滋味の深い食物を口に入れましても、彼れは何等の趣味をも感じませぬが、是れ一に思考を司どる中樞細胞にのみ充血を來たしまして、他部は之に與らない爲てありましよう。

斯の如くして吾人の腦髓は、各其官能の旺盛な部分に血液を誘導いて來るものでありますから、其血液の供給が多ければ多い丈けそれだけ多く腦細胞の活動を遂げ得るものであります、由來吾人の腦力は常に各官能を平等に活動することはなく、特に一部分(視覺又は聽覺等の如し)又は一系統(知覺に感情の連系するが如し)を局して機能を營むものでありますから、其血液分配の度は決して均等なもの

Digitized by Google　Original from UNIVERSITY OF MICHIGAN

てなく、時には、甲部に充血しても、乙部に貧血を呈することもあります、其故其充血の狀態は散在性なる時と、限局性なる時と、又官能部の系統を追ふて起れる時との區別があります。

而して斯く腦髓の血量を左右するの原動力は、そも如何な理に因るものであるか、先づ私の考へます所ては、第一延髓に於ける心臟神經中樞の興奮に因りまして、心臟力を增減することゝ、第二其部に於ける血管運動中樞の刺戟如何に據るとは勿論、更に腦內各部に於て血管運動を司どるべき微妙の機關がありまして之を營むで居るからてあらうと思ひます。

(乙)血行力。腦細胞活動の要素は前申しました者の他に尙ほ血行力の緩急も亦預つて力あるものと思ひます、則ち腦皮質中には如何程適當量の血液を充たし、又如何程適當度の血壓を逞う致して居りましても、若し之を流利せしめなかつたときには、毫も其活動を營み得ることは出來ないもので、其狀態は宛も水車裝置があり、且つ之を動かすべき水の分量には乏しい事は無くも、若し其流利を止ましたならば、決して車の運轉を爲し得ない理と一般であります、御覽なさい、夫の腦鬱血の時にありましては、其血量はたとひ十分でも、將た其血壓は適當でも、之に適つた血流の宜しきを得ないが爲めに、宛然腦貧血時の樣な精神の障害を惹起すてはありませぬか、其れ故腦細胞の活動を全ふするには一定速度の血行力を要すると云ふことは瞭然たる道理でありましよう。

以上に因りまして、私は本論の準備たる精神生理の卑見を述べましたが、是れらは、其反對現象たる睡眠の原理、即ち本論に付て論述致しましよう。

▲睡眠の原理

睡眠の原因には主因と副因の二つがあります。

(天)主因は。即ち意識力の休止てあります、抑も吾人の意識力は、醒覺時中は常に發動して止むことがなく、爲めに不斷腦細胞を活動せしむるものである

ことは、既に論じましたが、今若し何等意識の發動することなく、則ち無念無想の狀態に至らしめましたときには、自然腦細胞の活動を休めて睡眠狀態に至らしむるものであります。

依て更に之を詳しく申しますれば、吾人苟くも醒覺して居る時間中にありましては、五管の刺戟に因り不斷意識を發動して居るもので、例之ば眼を開いては萬物の活動に注目し、又耳を峙ては百般の音響に感動する等一瞬時間と雖ども、意識を動かさない事はありませぬが、若しも五官の刺戟がなく、例令ば暗夜にして網膜に映ずるの片影なく、寂寥として鼓膜を打つの微音なく、況んや温かい衣褥を纏ふて觸覺上毫も不快な刺戟だに無き時には、勿論の事、假令ひ右等の樣な刺戟がある時でありましても、既に其刺戟に習慣した場合でありましたならば、何等の意識を發動することが無い爲めに、精神活動の休止を引來し、即ち腦細胞の活動力を消失して玆に睡眠作用を喚起するに至るものであります。

然るに此論理は丁度心理學家が所謂睡眠觀念說と混同するの恐れがありますから、念の爲め、玆に其異同を辨じて置きます、則ち睡眠觀念說と云ふのは己れ自らが眠ろうとする觀念を發しましたときには、暗示の作用に因つて、睡眠中樞に感應し、百般の制止作用が行はれて、催眠するに至るものであると申します、然し吾人日常の經驗上如何程睡眠の觀念を有つて居りましても毫も睡氣を起さないことがあり、又之に反して睡眠に對して深く反抗せんとする時、例之ば學生講堂に於て受業中睡氣を催したので手を捻つたり、或は足を壓へたりなどして極力反抗的の行爲を致して、可成睡氣を催さないことを務めましても、毫も其効力がないことがあるのは、屢々實驗するところの事實ではありませぬか、夫れ故此說の如きは取るに足らざる僻見なるのみならず、其論據とする所は、觀念力を消滅せしむるものであるから、其根底に於て私の說とは相容れざる議論であります、どうか、之を混同せられない樣に御

聞取を願いたいです。

(地)副因であつて、更に左の三種別がありますが。

(一)脳細胞の疲勞。凡て身體百般の細胞は其官能が過度であるときには、其疲勞を招ぎ、從つて其組織を破潰するものであることは今更論を竢ちませぬが、就中脳細胞にありましては、殊に其有様の顯著なることを見ます、則ち吾人が日常百般の事に精神を勞しまするときには、自然脳細胞の疲勞を來たし、且之を破潰して其活動力を障害し、睡眠を催すことのあるは、毎に實驗するところの現象であります、而して其疲勞と云ふも吾人が日常遭遇する樣な輕度の場合でありましては、其休養即ち睡眠に由りまして容易く復舊し得るものでありますが、若し其度の急劇なる時、例之ば、甚しい驚愕、又は過度の恐怖を感じました樣な急性疲勞を發しました場合でありましたならば、所謂脳震盪症(ショック)を發して失神を致し(病的睡眠)間々恢復することが出來ない樣なことさへあります、是れに由りて見まするときは、脳力の疲勞は其輕度な時でありますれば、只尋常の睡眠を誘起すに止りますが、若し其度の劇烈なときであれば、異常睡眠を惹起すべきものでありまして、二者共に正に睡眠の原動力を爲すものであることは明かであります。

(二)血液の化學的刺戟　前に申しました通り、凡て純清なる血液が脳細胞を刺戟致しますときは大に其活動力を鼓舞するものである、けれども若し夫れ不純粹な血液の刺戟に逢ひましたときには、是れを輕度にしては尋常の睡眠を發しまするし、是れを高度にしては異常の睡眠に陷らしむるものであります。

然らば其所謂不純血液と云ふのは、そも如何なるものを申しますか、次ぎに之を述べましよう。(未完)



叢談

活ける家

醫學士　渡邊房吉君

(一)活ける家とは何か

太古朦昧の時代の人は土地を掘つてその中に穴居ひ、或は木や竹を束かね、木の葉、けもの丶皮などて屋根を葺き、漸くあめ露を凌いだものでありましたが漸次人智の進むに連れ、建築の術は長足の進歩をして遂に今日の樣な、立派て、便利て、心地のよい家を工夫し出す樣になりました。然かしながら古往今來幾千萬の建築家も未だ曾て企だて及ばなかつた一大建築があります、其建築はそも／＼世界開闢の當初にうち建てられたものてありますが、爾來一室の建て増しもせず、一本の柱をも動かすの必要がなく、屋根、床下、勝手、臺所の隅々までも誠に申分なく結構てあつて、細々した家財什器一として備はらない物は無く、完全充備の點に於て何人も舌を卷いて驚嘆する所て、古今東西の詩人は聲を合せて共に其妙工を頌讃して居ります

活ける家

とは外ては無く我々の人體を指すもので、其組織構造の巧妙絶美なる點に於て世界第一等の建築物てあります、通常の家屋が土や木や石で造られて居る如く人體も亦た土や木や石と同元素から成立して居るものてあります。元素とは凡ての物體を組み立てて居る化學的の要素て、今日のところては總計六十有餘あつて、其六十有餘の元素が、色々に配合されて或は木となり石となり動物體となるものてあります。丁度物理學上て赤と青と黄との三原色が種々に交ぜ合されて又種々の色を生ずるヿと同じ理由てあります

人體と云ふ家が通常の家屋と異なるところは活き

て、働いて、運動生を長すると云ふことて、此の相違の存するのは原形質と云ふ生活體を含んてゐる極く細小な

細胞

と云ふものが、無數相集つて人體を組織してゐるからてあります。一つ〳〵の細胞は又各々運動、生長、繁殖と云ふ生活力を有するもの故、無數細胞の機能の總和が

人體の生活現象

となるもので、簡約て云へば個々の細胞が健康なるか不健康なるかによつて、人體にも亦た建不建の別が生じ、細胞の機能が完全なるか不完全なるかによつて人體にも强壯と薄弱との二つが出來、細胞の生きるか死ぬるかによつて全身にも亦た生死と云ふものを見るものてあります

世界のあらゆる物質は之を消費すれば遂には消滅するものてありますが、細胞も亦た一定の壽命の間に一定の機能をすれば遂に死滅して他の新らしい若き細胞から代はられるもので、之を

細胞の新陳代謝

と云ひます。此新陳代謝は身體の適宜運動によりて益々活潑になるもので、之に連れて元氣の淸新を加へ、食氣は充分になり健康はいよ〳〵增進するものてあります。之に反して遊惰怠慢にして運動勞作を嫌ふときは、細胞の機能は益々鈍くなつて新陳代謝の順序が亂れ、遂に全身の調和が破れて病氣を醸すに至るものてあります。故に吾人の守るべき

健康の常則

は手足を勞して細胞の機能を活潑にし、苟且にも遊惰の心を起さぬことてあります。運動或は仕事をしてお腹の空くと云ふのは古い細胞が働き盡くしたと云ふ徵標て、新しい細胞の造らるべき滋養分を要求するのてあります。之れが乃ち

食物を攝取する必要

てあります

家屋が立ち幷んて居れば其中には人間の住居うこと

がわかり、人體が生活して居れば其中に精神が宿つて居ることが想像出來る、人の立ち退いた家は空屋て、精神の拔けたる體は空蟬の屍であります。云はば人體とは五十年の間に

精神の宿つて居る家

て、此家の構造が堅牢で、美麗で、秩序が整つて容易に雨風にいたまなければ、其中の精神も亦た安全に五十年の活動をすることが出來るのであります。すべて世の中の萬物は周圍の事情に制せられるものて、雨は漏り、風は壁の破れを通ると云ふ踐が家では、其中の家族の心も大方は推測され、蒼い顏、瘦た體に住まつてゐる精神は、迚も健全無病な身體のうちの精神と競爭して働くわけに行きません。故に私共は立派な精神を修養して高尚なる人格を建造するために、身體の健康に注意し、衛生の常則を守りたいのであります。精神と身體兩つながら平行して發達しないならば、下劣野卑な人間が大廈壯屋に住まひ、或は崇高偉大なる聖賢が蓬家陋屋に起臥する様に極めて不釣合であります。精神のみが獨り拔んでゝ發達すれば仙人若くは世捨人となつて、寧ろ難行苦行により身體を苦しめる様になり、身體のみが發達して止まなければ、益々禽獸に近づくものて、よしや體力は強くとも之れは匹夫の勇であります。

私は以上の如く人體は精神の家であると云ふ、前提を置いて、これより此家の構造に就て少しく考へて見たいと思ひます、蓋し家の間取りと構造とがわからなければ我知らず之を害ふことがあるのは、極めて見易き道理で、何人も陷り易い危險であるからてあります

二 活ける家の組み立て

家は枯れた材木から組み立てられるが、活ける家は又活きて益々生長する骨より組み立てられるもので之を

骨骼

と云ひ、都合二百四十三個の骨から成り立つて居り

ます。骨の形には長短大小種々ありて或は全身を支へる足となり、或は眼球をしまつて置く戸棚となり、或は腦髓を蓋ふて、居る屋根となります。大工が釘や蝶つがひを以て木と木を連ね合せる樣に骨も亦た

靭帶

と云ふ細い紐て互に結び付けられて居ります。此部分を

關節

と云ひ、屈伸運動の極めて自在なる樣に仕組まれて居り、其爲めには關節面が頗る滑かになつて、一方が凸出てゐれば之に連接すべき他面が凹んて居り、加之關節の間には

關節滑液

と云ふ油の樣に滑かな水があつて其運動を容易ならしめ、又滑かて彈力性に富んだ軟骨があつて、運動の度毎に其當りの柔かい樣になつて居ります。骨は

動物質と鑛物質と

から出來て居つて、脆くて折れ易いのは鑛物質、彈力性があつて折れないのが動物質であります。すべて老人の骨は鑛物質が多いから高所より落つるか、躓いて倒れるか、或は人より打たれたりなどする時は容易に骨折を來すものでありますが、少年の骨は動物質に富んて居つて軟かて曲り易い。故に少年の時は極めて行儀を良くすべきもので、前へかゞむ癖があれば脊骨は彎曲して佝僂となり、肱にもたれて書を讀む習慣があれば背柱は右或は左の方へ曲る樣になり、肩をいからせて歩行ば早晩肩の骨が凸隆る樣になります。曾て私の見た患者の中に十一歳の可愛い一少女がありましたが、餘り精出して三味線のお稽古をした爲めに、脊柱は弓の樣に側方に曲り、肩は阪路の樣に傾斜して居りました。此の如く柔かな少年の骨も齡を加ふるに從て石灰質が增して、だん／＼に堅く強く且つ大きくなるものであります。此石灰質は主として

燐酸石灰と云ふ鑛物質で、食物中に極めて僅かづゝ交つてゐますが、食物が胃の中で消化されると、骨は其中から此燐酸石灰を自分の方へ擇り拔いて行くのであります。言ひ換ふれば骨は一日三度づゝ石灰質を食べて居るのと同じであつて、此石灰質が骨を堅くする役目をするものであります。故に幼い發育盛りの少年に石灰質の乏しい食物のみを與ふれば、彼の昨年來富山縣下の奇病として一時天下の人民に大騷ぎをさせた

佝僂病

となつて、手足の骨は飴の如く軟かで屈曲自在になる樣になります。

すべて大きな建築をするには堅牢なる仕組みが要り、大いなる活動をするには强壯なる身體を要するものであります。世界に名高いミスシッピー河に架してある大鐵橋の最下の親石は、水面より以下一百〇六呎の深さに据ゑられてあると云ひ、又彼の驚く可き結構を持つて居ると稱せられるブルークリンの大橋も、其最低の石は水面以下七十八呎の深さにあると云ふことです。我々の骨骼も其大小に拘はらず先づ堅牢なることが望ましい、小柄は小柄だけ、大柄は大柄だけに其全身の釣合ひを保つて壯健に發達すれば宜しいのであります。尙ほ骨の養生法を述ぶるに先だち骨の各論として我々の

活ける家は四楷より出來てゐる

と云ふことを一言したいと思ひます。

第一楷は骨盤

で、堅牢强大なる骨から出來、婦人に於てはお産をするために男子よりは遙に大きくあります。下は兩脚に接し、全身の重量を支へて步行すること宛然蝸牛の介殼を擔ふて步行のとさながらであります

第二楷は腹部

と云ひ、主として脊椎骨がある許りで、前には筋肉の壁を廻らし其中に胃や腸を藏して居ります

第三楷は胸廓

と云ひ、左右各々十二本の肋骨があつて、後ろは脊

椎骨について居ますが、前の方では上の七本だけは胸骨について居て其下の三本は第七番目の肋骨につき、最下の二本は胸骨とは離れて腹壁の所に浮いてゐます。故に之を浮骨と云ひます

第四楷即ち活ける家の頂上が頭蓋骨て、第三楷との間には頸部と云ふ短い塔があります、頭蓋骨の中には活ける家の主人なる「活ける人」が絶へず住まつて居りますから、其周壁は堅固な骨から造られて居ります

以上の四層樓を支へて居る柱を脊柱と云ひ、二十四個の脊椎骨から組み立てられ、各脊椎骨の間には軟骨が挿まつてゐて、脊柱の屈伸を自在にします。

前に言ひました樣に少年の骨は動物質が多く、從て極く軟かで曲屈し易いものですから、能く平生の姿勢と習慣と服裝とに注意し、其形を害はぬ樣せねばなりません。這へば立て立てば步めと願ふのは親たる者の同じ心でありまするが、未だ軟かて身體の重みを支へられぬ足に向て、無理に之を強ふるのは却て之を不具にするのみてあります

小兒を坐はらせるには窮屈にさせては惡ひ、兩足は投げ出してもよい、跪坐をかいても構はない、すべて自然本來のまゝて前後に曲らず、左右に傾かないのがよいのであります。椅子も適宜の高さを選び、机も適度の大さがよい。步行の際には寧ろそり身にさせて丁度よい、靜止の際には直立させ、片足に全身の重みを托する惡習は之を去らねばなりません。さらぬだに衣服を緊く着けるのは非衞生であるのに況して幼い少年にありては其害は尙ほ一層甚しくあります。小い靴を穿くのも足の骨を害ひ兼て其美をこぼつものであります

純良なる食物を攝り、度々全身浴をなし、戶外の運動を勵み、好んで日光にあたり、新鮮なる空氣を呼吸し、充分睡眠すること等は骨を强壯ならしむるに必要であります。野菜類や穀物中には骨を造るに重要な成分を含んで居り、果物の中の酸類なども亦

Digitized by Google　Original from UNIVERSITY OF MICHIGAN

た必要であります。すべて粗惡な食物で育てられた小兒は其出長も緩慢て、骨の發育も不充分て、且つ屢々不具畸形を示すものてあります

既に骨が不具畸形になつたらば之を外科醫に見て貰ひ、近來益々進歩して來た整形外科の手術によりて治療を受くべきであります。整形外科のことは更に章を改めて一言する機がありませう

食養生の話（下）

東京醫科大學　ＡＢ生君

消化作用の事は大略述べ終りましたから本編には專ら食物の事に就いて述べましやう

　食物は何の爲に喰ふか

申す迄も無い事、毎日人間の體內にて新陳代謝の作用て消耗されて行く體成分の補ひとなる爲に喰ふのてあります、夫故に體成分に變ずる物、體成分の要する物を取らねばならぬ。人間の體をぐッと搾つて見たら全身から水が出て水が全身の三分の二を成して居る、だから此多量の水の補ひの爲には人は毎日種々の形で多量の水を取らねばならぬ事となる。又水を搾つて殘る三分の一が固形物であつて其中には骨もあり皮もあり筋肉もある、だから食物にも亦骨となる物も皮となる物も筋肉となる物をも喰はねばならぬ、吾々が毎日取て居る食物の中にはちやんと之等の各部分になるべき成分を含んで居るのであります。普通吾々が毎日取つて居る

　食物の分析

をして見ると次の三種からなつて居る

一、人體に入て成分となり同時に生活力となるもの――蛋白質

二、人體成分とはならずして單に生活力となるもの――含水炭素及脂肪

三、人體成分にも生活力にも成らずして只補ひとなるもの――水及鹽類

牛肉でも卵でも米麥でも野菜でも之れを分析しますすと皆此三種の内の何れかに屬するのであります、そこて此三種の物は何れも必要な物であつて何れが缺乏しても身體を支ふる上に大に差支を生じ來るものである、然らば此三種の物を結合し混合したる最も身體に適したる

理想的の食物

は如何であるかと云ふに補ひとなる物は別として身體成分となる物と生活力となる物との割合が

第一類即含窒素物―一割、

第二類即含炭素物―四割、

の割合に混じた物を一日に人間體重の百分の一だけ喰へばよいのです、故に十五貫目の人ならば（日本人は平均十四貫目位であります）此割合に混じた物を一日に百五十目宛喰へば足るのであります、即毎日窒素分三十匁、無窒素分百二十匁を喰へば足りるのであります。して見れば實に小量の食物で足りる樣でありますが世の中には決して此樣に蛋白質、含水炭素、脂肪と云ふ樣な純粹な食物は有りません、如何なる食物でも之を搾れば大部分は水であつて實質は極めて少ない物である、だから僅々百五十匁の必要なるが爲に澤山の物を喰はねばならぬのであります。其代りに又純粹な蛋白質や含水炭素があつてそれを喰ふのであつたら其外に人は多くの水や鹽類を特別に取らなければならぬが都合のよい事には吾人の食物には吾人の要するだけの水や鹽類はちやんと含んで居るのであります。又其樣に純粹な蛋白質や含水炭素があるとしたら毎日そればかり喰て居ればよい譯であるから、煮る事も燒く事も醬油をさす事も砂糖をつける事もないから。少しも美味くも何とも無いだらう、從て人はそれを喰ふ事が樂みにもならぬから面倒臭い時や忙しい時には食事を廢する事もあるだらう、其樣な事が有ては危險であるから神樣はちやんと都合のよい樣に作つてあるのであります。又其樣な純粹な物は無いにしろ何か食物の中に前記の一と四との割合にちやんと混合さ

れて居る食物があるとしたら人間は又そればかりを喰ふてあらうが其樣な物は決してないから毎日種々の物を喰はなければならぬ、だから毎日々々食事が第一の樂であつて、之れを忘れる樣な人は有りはしないのであります。米でも麥でも野菜でも或は牛肉卵の樣な滋養になると云はるゝ物でも一種類にて前記の割合に混ぜられて居る食物と云ふものは決してありませんだから、種々の物を喰はねばならぬが今茲に主要なる食物として吾人が平常喰て居る物について其中に含む成分の割合を述べましやう

米飯と麥飯

米の内にある成分を分析して見ますと含窒素分六、無窒素分七四の割合に成て居ます、一と四の割合で無ければならぬのに一と十二の割合であるからこれだけではいけない。麥飯は如何かと云ふと含窒素分十一、無窒素分七十二の割 即一と七の割であるから米よりは餘程よいが併し尚窒素分が不足てあります、之れを補ふ爲に窒素分の多い物を喰はねばならぬ。其事は後に述べるとして茲に一寸私は

米麥優劣論

を述べて見ましやう、此兩者の優劣に關しては學者の間にも種々の議論があつて難しいのでありますが、一口に言ひますと、軍醫總監高木男爵の意見では麥の方が善いと云ふ説で、それには第一其割合が米よりも理想的に近い、第二麥の内には養分が多いと云ふのであります。之れに反對して米を優れりとして居るのは東京醫科大學の横手博士等でありまして、成程麥の方には養分は多いけれども實際吸收される量は少ない、如何なる食物も其全部消化され全部吸收さるゝ物ではない、皆各其消化せらるゝ度合がある、如何に多くの養分を含んで居ても消化さるゝ事が少なく從て吸收さるゝ量が少なくば何にもならない、身體に對して何等の用をも成さない、此點が食物の眞價を定むるに必要である、麥が米に比して多くの養分となるべき蛋白質を持て居るのは事實である、併し消化吸收さるゝ部分が少ないのであ

るから結局は矢張米の方が優つて居ると言はねばならぬ。例ば米の飯を十杯喰とすると其八杯迄の養分が吸收せられる、之れに反して麥であると十杯の中僅に四杯しか吸收せられないのであると云ふのであります。之れは大變面白い議論であります、併し乍ら私が考ふる處では消化吸收される量は米飯八杯の中の蛋白の量と麥飯四杯の中のとは大差はない樣に思はれますから、此點では大した優劣は無いと思ひます、只私は其他の點で麥の方に贊成したいと思ふのであります、即第一は價の低廉なる事であります日本人には三百六十五日中飯を主食として居るのであるから價の點は隨分顧慮しなければなりません、第二には麥飯は脚氣病に對する豫防となるからであります、脚氣は吾國特有の病氣として非常に恐れられて居る處でありますが、之れが麥飯で豫防する事が出來ると云ふ事は實例に徵して明でありまして、殊に軍隊に於ても始に高木男爵が海軍に麥飯を用ゐてから俄に脚氣が少くなり遂に陸軍にも麥飯制度が及ぶに至つたのであります。扨て前述の如く人間の食物には米麥ばかりでは足りないから他に蛋白質の多いもの即ち所謂

滋養品

と云ふ物を取らねばなりません。通常吾人が喰て居る滋養品には主なる物は、牛肉、卵、牛乳、豆、豆腐、魚肉等であります、之等の中には多くの滋養分を含んで居る、例ば牛肉には百目の中に二十匁の蛋白質がある、故に米麥何れかの飯に百目の牛肉を副へて喰て居れば理想的の食物かも知れない、併し毎日同じ物では美味くもなし且又費用も隨分かゝる事であるから左樣云ふ譯には行かぬ、然らば費用が少なくて滋養になる物はと云へば日本獨得の

豆腐

と云ふ物がある、豆腐が滋養になると云ふ事は醫科大學の大澤謙二博士等が盛に稱へられたので近來餘程人が注意する樣になつて來ました。豆腐は豆から作るものであつて豆其物も滋養になる事は明であり

ますが、豆には其皮殻があつてそれに包まれて居る爲に消化が甚宜しくない、此滋養品の皮を去つて豆腐の形としたと云ふのは實に日本人の誇りとするに足る事である、西洋の人は毎日々々肉食をして居るから、日本の人が比較的滋養品の少ない米や麥ばかり喰て居るのを見て大に驚き嘲けつて居ると云ふ事であるが、何ぞ圖らん日本には彼等の喰ふ牛魚の肉に劣らぬ豆腐と云ふものがあつて、而も最平民的であつて上下を通じて用ゐられて最大の滋養品となつて居る、我國に豆腐のある間は決して牛を喰ふ西洋人や豚を喰ふ支那人に劣る事は無いのであります。扨て此豆腐の成分はと云ふと水が八八、七九、蛋白質が六、五五、脂肪が二、九五と云ふ割合であります。だから日本人は如何程多くの滋養物を取る事の出來る人でも豆腐を棄てゝは成りません、味噌汁にして毎朝用ふる事等も至極妙であります、味噌も豆から作つた物であるから滋養に富んだ物であります。私は益々日本に豆料理、豆腐料理の發達せん事を望んで居ます。加之

肉食と菜食

と云ふ事に就いては種々專門家の說のある處でありまして、肉食ばかりする人が腦の惡い事を訴へる事は往々ある事で之れは肉食の爲に便秘を起し便秘の結果として腦が惡くなるのであります、其他の點にても何れかと云へば肉食よりも菜食の優つて居る點は多いので、肉類は蛋白質や脂肪には富んで居るが之ればかり食する事になると大に注意をしないと恐るべき害を來す事がある、旅順に籠城して居た露兵が肉の罐詰ばかり喰て少しも新鮮なる野菜を取らなかつた爲に恐るべき壞血症と云ふのにかゝつて多くの兵が斃れた事は今尚諸君の記憶に殘つて居る事でありましやう。かゝる次第であるから菜食の必要な事は確である。併し私は今肉食をやめて菜食ばかりしろと云ふのでは決して無い、勿論最もよいのは混食である事は云ふ迄も無い事である、何れをも疎にする事は出來ないのであります。

野菜物

即八百屋物として普通家庭に多く出入する物は

第一、根類、即芋、八頭、百合根、大根、蕪、牛蒡等の類は前述三種の成分の中第一種即蛋白質は含んて居ません從て滋養品ではありませんが、第二種及第三種の成分殊に澱粉質に富て居ますから副食物としては必要な物であります。且又纖維が多くあるが爲に其刺戟によりて腸の運動を盛ならしめ、便通をよくし從て腦の作用をもよくする物であります。殊に又近來盛に唱へられるのは大根には「ヂヤスターゼ」と云ふ消化素を含んで居る事でありまして、生の大根を「大根おろし」にして喰ふ時には大に消化を助けると言はれて居ます。之れは夏目漱石先生の「我輩は猫である」を讀まれた家庭では先刻御承知の事と思ひます。

第二、瓜類、茄子、胡瓜、唐茄子等の類は凡ての點に於て前の根類に劣つて居ます。

第三、果實、之れも別段滋養になる譯でもないが只美味にして淸涼の爲に賞用せられる、食後に果物を喰ふ事は便通を助ける爲に都合がよい、又或種の果物例ば葡萄の如きは食後に用ゐて消化を助ける力もあり養分にもなると云はれて居る。

第四、菌類、比較的滋養分はある樣であるが消化は宜しくない、只嗜好品として用ゆべきであります。

第五、海草類、即ひじき、わかめ、あらめ、昆布、淺草海苔等皆滋養に富て居るが消化は甚宜しくない、之れも嗜好品と云ふに過ぎぬ。

第六、香の物、滋養成分は無し消化は惡し實につまらぬ物である、西洋人は一切用ゐないが日本では習慣上之れが無くては食事が濟まされぬ、九州邊ては又之れを茶菓子の代りに出す所がある、兎に角あまり多く喰ふべき物では無い。

滋養藥品

として世に唱へらるゝ物は日に增し其數を加へ來りましたが皆大同小異の物であります、其主なる二三を擧ぐれば

Digitized by Google　Original from UNIVERSITY OF MICHIGAN

一、コンデンスミルク、一リートルのミルクに五十瓦の砂糖を加へて五分の一の量迄煮つめて武力罐の中に封入したものであります、用ゆる時には水で薄めなければなりません

二、肉羹汁、肉のソップであります肉を碎きて水を加へて置いて煮て作るのであります。

三、ソマトーゼ、肉を密閉したる器の中に入れ水にて煮たる物であつて、壓力と温度が高まつて肉の蛋白質がアルブモーゼとなつたのを取出した物であります。

四、肝油、鱈の肝臓から取たものであります肝臓を多く桶の中に入れて置いて腐敗の起る前に取るのであります、新鮮なる物は脂肪が少ないのであります。

五、スコット乳菓、肝油に他の藥劑を混じて作つたものであります。

其外近來廣告せられて居る藥劑が澤山ありますが別段述べません、茲に特に申さねばならぬ事は是等滋養藥品と云はるゝ物の多くは健康者に對する物でなくて病人の用ゆる物であると云ふ事であります、健康者は日常の所謂滋養物即牛肉や卵や牛乳や豆腐を喰て居れば之れに勝る事はないので、滋養藥品を用ゐるのは病氣の爲に普通の滋養物を喰ふ事の出來ぬ程に弱つた人が喰ふ物であります、滋養藥品と名くるから定めし非常に有効な滋養に富だ物かと思はれる人も有りましやうが、之れは大なる誤でありまして、多くの滋養藥品なる物は皆牛肉や卵に數層劣つた物であります。今之等の物の價値を一々申述る事は出來ませんから一つの例を取て見ましやう、「ソマトーゼ」と云ふ物は盛に廣告されて肥た人と痩せた人と繪を以て其効を說て居るから諸君よく御存知だらうと思ひますが此「ソマトーゼ」が其價格に比して普通の滋養物とどの位の割合の價があるかを表にして示して見ませう。

	價格	蛋白の量	力を與ふる量
卵	一、	五、七	一八、

肉	一、	七、	一六、
牛乳	一、	三、五	一七、
ソマトーゼ	一、	一、	一、

即ち同じ價の量をとるとすれば蛋白質を含む量は肉は「ソマトーゼ」の七倍もあり、生活力を與ふる量は卵は「ソマトーゼ」の十八倍にもなります、此表を御覽になれば健康な方は「ソマトーゼ」を召食る氣にはなりますまい。

い、嗜好品

酒、茶、コーヒ、チヨコレート、カカオの類は只單に嗜好品であります、之れが何等營養として價の無きは勿論てあります、併し之れは興奮劑としては有効の物と云はねばならぬ、勞れたる時、氣分の鬱々したる時等に用ゆれば、血液の循環を善くし氣分を開き興奮せしむる効がある、然れどもかゝる物は用ゐ續くる程得て癖になり易い物て一寸した事にても直に茶の一杯も飲まねばならぬ樣になるから、成べくは斯かる物には馴染まぬ樣にしたがよい、殊に夜分等は之れを過す時は不眠に陷り尿の排泄を増して甚有害である。以上は重に茶、コーヒ等に就て言たのであるが、酒に關しては私は全然禁酒論を唱へたいと思ふ、讀者は皆御婦人てあるから直接酒に關係はないが主婦の禁酒説は家庭の禁酒を來す基てあるから是非御熟讀を願い度いのてあります。酒の利害は常に水掛論に成つて居るのてあるから又私が此利害を比較して見ても畢竟無意味に終る事となりますから私は今玆に只

ろ、飲酒の害

のみを述べて見ましやう、之れに就いては醫學博士大澤謙二先生の述べられた事がありますから其主要の點を約めて申ませう、如何に酒の利益を說て居る人ても之れを熟讀して下さつたら思ひ半ばに過ぐる事だらうと思ひます。

酒精の作用は急性中毒即ち酩酊性のものと慢性中毒即ち疾病性のものとの二とする事が出來る。

其酩酊性の作用と云ふのは、先初に少し飲んだ時に

Digitized by Google　Original from UNIVERSITY OF MICHIGAN

は氣分を爽快にし血行を敏活ならしむる物であるが酒の利益は僅に此少時間にあるばかりである、其後に來る凡ての現象は皆麻痺性の物である、酒を飲で言葉が多くなつたり、人を恐れなくなつたりする事は一見興奮の如く見ゆるが實は麻痺である、かゝる事を抑制する方の神經が麻痺したのである、故に夫と共に理解力が減じ、注意がなくなり、動作が亂暴になり、高尚なる情緒が攪亂して不道德を行ひ、泥醉すれば精神喪失して自己をも殺傷するに至り、甚しくは昏睡狀態の儘死する事すらあるのである。

次に慢性中毒は諸器官に來るが

第一消化器、には加多兒を起し、食慾缺乏を來し便通不規則となり、酒を廢すれば便秘を來し、又彼の恐るべき胃腸の癌腫も酒の爲に來る事が多いのである。

第二皮膚、には發疹あり又酒精鼻を生ず。

第三血行器、には脈管開張、動脈瘤、心臟肥大等を來し、それが腦の脈管の變化を來せば爲に卒中を起し、肝臟の血行が澁滯する爲に痔疾水腫等を起す。

第四呼吸器、には各所に慢性の炎症を起し、嗄聲となる。

第五神經系、知覺運動の麻痺、幻覺、躁狂、自殺慾痴呆及酒客譫狂等を來す、自殺者の二割と精神病者の一割餘は酒毒の爲だと言はれて居る。

第六五感器、嗅味覺の消失、視聽力の減却

第七全身症狀、皮下、筋肉其他の組織中に多量の脂肪を生じ、顏貌がボンヤリする樣になる。

以上の外飲酒家には疾病感受性が甚增加し來る、就中傳染病に感染し易く、結核や花柳病に罹り易くなる、虎列剌や赤痢の流行の時にも飲酒家が多く斃れるのは著しき例である。

又酒の筋肉能作に及ぼす作用も麻痺性の物であつて、初暫時は非常に敏活の樣であるが直に萎へて仕舞ふのである。又酒の爲に注意力の減退する例として職工等が災害に遇ふ事の最も多いのは酒を用ゆる

日、用ゆる時間にあるさうである。
又酒の害は其人一個人に及ぼす事ばかりではない其人の子孫にどれ程の迷惑をかけるか知れないのであります。豪酒家の子には精神病者が多い、癲癇持も多い、低能者や白痴も多い、子が出來ても乳の無い者が多い、墮落して賣淫となり乞食となる者が多い諸種の犯罪人が多い、日本では米のよく出來た翌年には犯罪が多いと云ふ事であるが、西洋では葡萄の收穫の多かつた翌年に出來た子は學校成績が惡いと云つて居る、何れも酒が廉いので多く用ゆる爲である、或人の話には二十歲より三十歲迄は酒を飮んだが其時に出來た二人の子は學校の成績が惡く、三十歲より禁酒した後に出來た二人の子は二人共健康で成績がよいと言て居る。實際それ程著しくはないにしても酒の遺傳性に害を成すは爭はれぬ事實である。
飮酒が軍隊に惡影響を及ぼす事も事實である、フヲーレルは日露戰爭を評して下戶の日本が上戶の露軍に勝たのだと云つて居る、下瀨軍醫の話によると軍人が大酒を以て豪傑ぶつた時代は最早過去の事である、今の軍人は非常に注意深くて少し事を成す樣な人は大事の場合には決して酒を用ゆる樣な事はしないとの事である、軍人已にかゝる考に傾て居るのであるから一般の人も斷然酒を禁ずべき時だらうと思ひます。



小兒の營養と母親

醫學士　河野衞君

○母の血と小兒の食餌

小兒が母親の胎內に居る間は直接に母親の血液で養はれるのでありまして子宮の中にある胎盤の中で

子供の方から來る血液と母親の方から來る血液との交流が起りましてつまり小兒の營養となるべき物質は直接に母の血液から來るのであります然るに分娩といふ事があつて子供が母の體内から此の世の中に產聲を擧げて出て參りますと共に此關係が絶へてしまひますからして小供の發達に必要な營養品は勢ひ外から送つてやらなければならぬやうになつて來ます即ち營養物を外界から仰がなければならぬ事になります前に申し上げました如く胎内に居る間は直接に母の血液から營養品を享けて居たのですけれ共今度は直接でなしに間接に母の血液から之れを受ける事になるのであります之れは何であるかと申しますと即ち乳腺から出て來る乳であります實に母親の乳は小兒を育てゝ行く營養品で此に優るものは無いのであります是れは自然に具はつてあるものであつて是れ程貴重なものは無いのであります即ち赤兒を育てる第一等の營養品はチヤント自然が之れを教へて居るのでありますそれ故に母親の乳で兒を育てゝ行く方法を天然營養法と名けて居ります

動物學の上から申しますと人間も一の哺乳動物に相違ないのでありまして子を產むといふ事のみで無く尚ほ其上自分の乳で自分の子を養ふて行くといふ能力を持つて居るのでありますそれでありますから母乳で子供が養はれて行くといふ事は其子は規則正しき天然の發育を遂げて行く幸福を享有して居るといふ事を意味するのであります

○婦人の天職

婦人は實に神聖にして最も立派なる淸き天職を持て居るのでありますそれは自分の乳で自分の子を養育して行くといふ極めて貴き義務を謂ふのでありま す此神聖なる義務を果す事の出來る人は實に幸福でありまして是程結構な事はありませぬもし此淸き務めの出來ない人は憐むべき不幸な人で母たる資格の一を缺いて居る者と謂つても宜しいのでありましよう

然るに此の淸き貴き務めを果さない母の多いのは

誠に遺憾の至りであります我國は昔から母親の乳を以て子を育てる美風の存ずる國でありますそれにもかゝはらず近時歐洲の風が這入つて來ましてから授乳しない婦人の多くなつて來たのは實に心ある者の憂へて居る次第であります西洋ては隨分授乳しない風が古くから行はれて居るのでありまして心ある學者は夙に其弊を慨嘆して居るのであります

併し西洋でもズット昔は凡て自分の乳で自分の子を養育する良習慣があつたのでありましてブングといふ人の言ふ所に依りますると人工營養法と謂つて母乳でなしに牛乳とか其他の滋養品で以て子供を育てゝ行く方法が行はれるやうになつたのは西曆千五百年代から後の事であるといふ事です此れより以前は西洋の人も人工營養抔言ふ事は知らなかつたさうであります然るに現今ては婦人て授乳しない者が中々多いのであります此れには色々の原因があります

〇授乳不能の原因

授乳しやうと思つてもそれの出來ない者がありますそれは母の營養が惡しくて乳の出るのが尠いとか又は母の病氣の爲めに自然乳の出方の惡くなつて乳を飲ませる事の出來ないのもあります是れは致方がありませぬ次には子供に乳を飲ませると母が美貌を失ふ即ち容色が衰へるといふ理由で以て授乳しない人があるといふ事であります是れは吾々の感服しない原因の一つであります其れは全く間違つた考へてありまして子供に乳を飲ませたが爲めに容色の衰へる筈は無いのであります自然はそんな無情な事を仕向ける者ではありませぬ却つて容色は美になるのは事實であります我國の婦人にはこんな間違つた考へを懷いて居る者は無い筈でありますけれ共時としてはそんな人も無いとも限らないかと考へますそれから次には社會生活上の關係―是れは實に吾々の殘念に思ふ所であります即ち世が開明に赴くと共に生存競爭が烈しくなつて參りますからして母はチット內に閉ぢ籠つて子供を育てゝ行く譯に行かなくなります即ち家を出て又は家の中に居て勞働をしなけれ

ばならぬ夫婦共稼ぎをやらなければ到底一家を支へるパンを得る道は無くなつて來ますからして子供に乳杯を飲ませて居る暇が無くなるですそこで止むなく自己の乳は出るにもかゝはらず之を其愛子に與へる譯に行かない事になるのであります是れは生活の困難な西洋には隨分多い事でありまして我國でも此れは益々盛んになりかけて居るのであります誠に是れは遺憾の至りであります

社會生活上の關係や又は病氣の爲めに授乳する事の出來ないのは實に詮方が無いと致しましても色々なつまらぬ理由で或は何の理由もないのに立派な乳を其子に與へないといふのは母として慥に無情な仕方であります我國の婦人たる者はそんな間違つた考へを持たずに自分の乳を以て自分の子を育てるのは神聖なる婦人の天職であるといふ確信を持たれん事を呉々も希望するのであります凡ての婦人は授乳の能力といふものを天から賦與されて居るのでありますす併しながら母が其子に乳を飲ましてはならぬ場合があります然らば如何なる場合に

授乳してはならぬ

かと申しますにそれは母が結核病に罹つて居る時と脚氣病に罹つて居る場合とであります此の二つの場合には子供に害を及ぼしますから母乳を與へてはなりませぬ併し或人は結核病の母の乳でも注意をすれば飲ましても差支は無いといふ人もあります兎に角此二つの病を除くの外は如何なる場合にも差支無いのであります

授乳の利益

乳を子供に飲ませまするど色々の利益があります其利益は中々に大なるものであります即ち腹部の諸臟器殊に子宮及び其附近の臟器は姙娠分娩の爲め種々なる變化を蒙むるものでありまして分娩の後漸次に回復するのでありますけれ共授乳する婦人では非常に早く此變化が回復するのは經驗上明白な事でありります特に子宮は非常に大きくなつて居りますが是れは分娩の後次第々々に收縮して元の大さに歸るの

Digitized by Google　Original from UNIVERSITY OF MICHIGAN

でありますが授乳する婦人は子宮の收縮して元のものになるのが授乳しない人よりも遙に早く回復するものであります即ち子供の乳を飲む事が刺戟となつて子宮の收縮を促すのでありますそれから次に分娩の爲に蒙むつた諸々の障害も授乳婦人のは早く取れて了ひますそれから身體が元のものとなりて働く事の出來るのも極めて早いものですそれから授乳を以て母の神聖なる天職と心得て居る賢き婦人は自己の天分を果す事が出來るといふ確信と希望とに滿ちて居りますから日常實に愉快であります心中誠に樂しいに相違ありませぬ心に安心と愉快とがありますからして隨つて身體も健者となり營養佳良になり乳も善良となり隨つて其子の生育も佳良で強壯なる身體を持てる小兒の生成を樂む事が出來ますその外授乳の利益は實に數へ切れぬ程澤山にあります

以上母親の方の利益の點をザツト申し述べましたが此外に子供の方の利益が又大したものであります母乳で育てられた小兒は人工營養即ち牛乳やちゝ粉其他の滋養品で育てた小兒よりも其成長發育は遙に佳良であります最も佳良で間然する所の無い人工營養で育てられた小兒でも母乳で育てた小兒には迚も及びませぬ一歲未滿の小兒の死亡するものゝ多くは大抵人工營養を受けた小兒に多いのは統計の敎ゆる所であります即ち獨逸の伯林では一歲以下の小兒は母乳で育てられた者の六倍に達するといふ事でありますす母乳で成長した小兒は多くは健全なる發育を遂ぐるものであります

人工營養と天然營養の差異

は極めて大なるものでありまして母乳即ち天然營養では直接に母の乳房には口を當てゝ自然の泉から淸き乳―而かも殆んど黴菌の無い立派な乳を飲む譯でありますけれ共人工營養では色々な器に移したり種々な手に觸れたり其間には色々な不潔物が混じたり抔する不便があり容器を淸洗し消毒する等多くの面倒や不便が加はつて來ますそれのみならず母の血液から出來るのでありまして是れが人間の身體構成即

ち小兒の生長に最も適當てある事は明かな事てありますす然るに人工營養に用ゆる牛乳や山羊乳抔は元來牛なり山羊なりの子を育てる筈のものでありますから即ち牛や山羊の血から出來たものでありますからして人の子供を育つるに不適當であるのは勿論の話してあります人工營養として主に用ひられて居るのは牛乳てありますから

牛乳と人乳の成分の差異

を申し上げまするて左の通りてあります人乳千瓦の中には

水分	八百七十六瓦
脂肪	四〇瓦
蛋白質	一二瓦
乳糖	七〇瓦
鹽分	二瓦

を含んて居ります牛乳や山羊の乳には脂肪が少くて蛋白質が多いのてす即ち牛乳千瓦の中には

脂肪	三〇―三五瓦
蛋白質	三〇瓦
乳糖	四五瓦
鹽分	七瓦

てありますそれ故牛乳を止むを得ず母乳の代りに用ゆる時は之に水を加へて薄め其の上に砂糖を加へますそうすれば人乳に近い品になる譯でありますす是れは後に申し上げます

乳房の注意

乳房は直接に子供が口を附けて乳を吸ひ出すものてありますから平素之を清潔に保つ事に注意しなければなりませぬ即ち妊娠の時から朝と晩と一日に二回淸き冷水て能く洗ひ拭ふのであります

乳を飲ませるに就きての注意

乳を飲ませる間は規則正しく時間を定め其時間の外は決して飲ませてはなりませぬ小兒が泣けば直に乳を飲ませるのは甚だ惡い事てあります哺乳兒の胃腸病を起すのは乳を飲ませる事の不規則なのに原因するのが中々多い事てありまして乳をよく吐くもの

Digitized by Google　Original from UNIVERSITY OF MICHIGAN

ても時間を規則正しくしたが爲めに吐乳の止む事もあるのでありますそれから夜分寢た儘で乳を飲ませる習慣は我國では廣く行はれて居りますが是れは極めて惡習慣で單に小兒の胃腸の上に宜しくないといふばかりで無く往々乳房で小兒の口を塞ぎ窒息して死ぬるもの丶多いのは常に吾々の見聞する所でありますかういふ惡習慣は速に之を廢めて規則正しく乳を飲ませるといふ事にしたい者であります然らば一日に何回何分間飲ましたら宜しいかと申しますと先づ一日に七回から八回とし普通三時間毎に一回飲すのであります夜間飲ます時も必らず起きて晝間の通りにし決して横になつた儘で乳を飲ましてはなりませぬ生後五六週を經つと回數を今少しく減じて五六回位にし夜分寢てから後は飲まさないやうにするのでありますそれから一回の哺乳時間は十分乃至十五分を定めとしてありまして決して十五分を超えてはなりませぬそれから小兒が飲んでしまつた後は必らず微溫湯で丁寧に洗ひ拭ひ暫く其上に軟き布片を覆ふて置かなければなりませぬそうすると乳の爲めに衣服の汚される憂は無いのでありますそれから乳兒の口中は毎に消毒した清潔な布片で注意して拭つてやらなくてはなりませぬ又乳を飲んだ後は決して小兒の身體を動かさぬやう氣を附くるのは肝要でありますなぜなれば身體を動かすとよく飲んだ乳を吐く事が多いからでありますそれから兩方の〇房を必らず交代に飲ませる事を注意しなくてはならぬです年若き婦人抔ではよく交代に飲ませる事の煩を避けて一方ばかりの乳を飲ませその爲め一方の乳は小さくなつて少しも乳の出ない樣になる事があります是れは餘程注意を拂はねばならぬ事てあります

（以下次號）

變換期に於ける婦人の攝生

醫學士　ふ、わ、子君

一つの小さな種子から芽ざした草や木が、だん／＼に生長して花を開き實を結べば、まただん／＼に衰へて、色は褪せ葉は枯れ、終に悲慘な最後を遂げて仕舞ふ樣に、人類にも亦た生長時代と、花盛りの時代と、成熟の時代と、更に一つ望ましくも無い老衰の時代とがあります。○「萠え出るも枯るゝも同じ野邊のくさいづれか秋にありて果つべき」と云ふた樣に、苟も地上に生命を呼吸してゐる出物には迚も永久の若やぎを保持することは出來ぬのであります。フロリダの「不老水」も只物語りにあるばかり、フヒチヌスのこしらへた「不老藥」も今の世には傳はらず、秦の始皇帝も「不老不死」の藥ては隨分もだへ困しんだのであります。一度登り詰めた坂はつまりは再び降りねばならぬことゝなります

男子に取りて最高潮の時代は氣力才能にまかせて縱横の活動をする時てありますが、女子の最も得意な時代は一家の政治をとりさばいて幾多の子女から取り圍まるゝ時てあります。○此時代を通り越せばイヤてもオーでも老人になり、始めて初老と呼ばれねばならぬ樣になります。ソウなれば身體にも稍々衰退の氣を帶びて此時代に特有な徵候を現はす樣になります

此時代を女子の變換期と云ひて通常四十二三歲から五十歲までの間てありますが、勿論各人の健康と、遺傳と、人種の異同と、氣候の關係、と種々の外界の事狀とに由りて多少のちがひがあるもので、或者は早く或者は遲く此時代に到着するものてあります。一般に無病息災て病氣の何たるかを知らぬ人は、生來蒲柳の質て平素藥瓶にのみ親しむ人よりは年を取ることが遲いものて、又或る家族ては古來長命のもののみてあるが、他の家族ては早年から年寄

Digitized by Google　Original from UNIVERSITY OF MICHIGAN

りじみるものがあります。　熱帶地方の婦人は吾々溫帶地方の婦人よりは遙に早く年を取るもので、過度に身體を勞し法外に精神を使つて、日夜苦勞心配を重ねてゐる人は、呑氣に悠長に氣苦勞なしに暮らしてゐる人に比し、年齡は同じても老衰の度は大に違ふものであります

女子變換期になれば生殖機能も亦た其衰退を免れないもので、生殖器は漸次萎縮して小さくなり、今迄富んで居つた血液も少くなり、月經も無くなつて生殖力も遂に全く消滅するに至るものであります。然かし突然かゝる變化が來るものでは無く數月若くは數年の間の漸次に變り行くものであります。此變化の爲めに全身の調子も一變し、血液分布の具合も元の樣ではなく、從て身體の諸機關に欝血する樣になり、病氣と云ふ程でなくとも何處となく氣分のすぐれぬ樣になります

女子にとりて四十歲と五十歲との間は最も苦情の多い時で、又最も病氣に罹り易い傾向を持つて居る時であります。故に此時代に於て精神的幷に身體的の注意の必要なのは、春機發動の時代や一家の執政時代に其必要なのと同じことで、之に由りて或る可く其苦痛を少くし、其障碍を輕くせねばなりません

女子變換期に來るいろ／＼の障碍中、その一大部分は

精神的の障碍

であります。氣分は極めて變り易く、忽ち喜び忽ち怒り、獨り自ら苦しむ計りて無く周圍の人へも迷惑をかけ、不快を感ぜしむる樣になり、快活で爽然した俗に竹を剖つた樣な氣象の人でも、何となく不愉快で、打ち沈んで、不滿足で、根も無い心配があつて、病氣になる樣な氣がして、氣分が引き立たぬ樣になります。統計上婦人の自殺は此時代に多いとのことであります

此時期と此年齡とに於て此樣な精神變化の來るのは全く避くべからざることで、他の時代に他の生活現象が來るのと同樣であります。されば此時期にある

御婦人方は多少の苦勞心配があつても、これは尋常普通のことで、我のみ獨りに有るのでなく、何人にも免れぬことゝ思つて、平然として心身を休め、かりそめにも取越し苦勞をして心配の火の手を盛んにせぬのが肝要であります。よしんば自分の子が一匹一人の人間となつて家事萬端をやつてのける樣になつたからと云つて、決して〳〵自分は「餘計者」てあるなど〻云ふ樣な不健全な感じを浮べず、嫁や我子の云ふ事に就て漫りに僻んだ邪推などもせず、自分は若い者の監督者である、自分が居なければ家道の隆盛は覺束ない、と、云ふ樣な自家尊重主義を執つて十分氣を大きくせねばなりません

風車はその車軸を中心として風のまに〳〵回轉して居りますが、心配性の婦人が一度び氣を揉み始めると丁度此風車の樣に、事に逢ひ物に觸れ、悲しみを中心として種々の邪推妄想を廻らし、遂に果てしも無いものであります。處世の要訣は悲しみのうちにも喜びを見出し、失望の境にも望みをつなぐことてあります。況してさ程で無いことを苦勞する此時期の御婦人方は、氣丈夫にシッカリして絕へず向上前進しなければなりません。其がためには希望の方面に心を注ぐのが必要であります。何うしたら此煩悶心慮から脫られる事が出來るかともがくよりは、何うしたら思ふ存分な愉快滿足を得られるかと工夫するのが大切であります。心の内に鬱するよりは思の外に伸びるのが健康上必要なことであります

差し當り「志遂げねばならぬ仕事を」計畫て、これに全心を傾けるのも雜念の誘ひを防ぐ所以であります。殊に吾が子の敎育に意を注いで、男の子は其勇壯活潑にして學識經驗あることと自分の夫の樣てあれ、娘達は柔和溫順にして氣品高雅なることと我が身の樣であれと、日に夜にその將來を期して生ひ立つさまを見守るのも樂みなもので、いつか我身も若き昔に立ち返つて、心自づから爽快になるものてあります

生存競爭の猛烈な世の激浪の眞ッ只中に、負けじ引

かじと勇み立つて、縱横無盡の働らきをして居る二世を契つた夫には、たへず貞操忠實で、昔ながらの内助を致し、苟且にも心の紐を弛めぬのが變換期に於ける婦人の心掛けとすべき所で、又時として昔を今に思ひ出し、曾て夫と共に駒を並べて奮戰した事蹟などを眼前に浮べて、其當時を偲ぶのも中々興味あるもので肉の躍る感じがして止まぬことがあります

總じて老いを嘆くのは愚の至りて、白粉を塗り、臙脂を含みて醜婦の如き裝ひを凝らすに汲々たるに至りては更に愚の極てあります。只一家の婦人として自家の體面を保持し、精神を安靜にして此年齢に相當はしき仕事を爲すべきであります。殊に平素の生活法に注意し、無益なる雜談冗話を避け、過度の肉慾をつゝしみ、苦慮煩悶を退け、飲食を節し、便通をとゝのへ睡眠時と起床時とを確定して之れを嚴守し、一家を整理して能く幼弱者を敎へ、閑暇あらば同年の婦人を語らひ杖を郊外にひき、或は自然の風光に接し、或は罪なき談笑に耽けり、時に互に相集いて健全善良なる書物など讀み暮らすも、健康を増進し變換期の苦痛を免れる所以てあります

前に申し述べた如く變換期と云ふ生活年代は精神病を起し易く、その極自殺を企てしむることが多ひもの故、聊かても其家族中に精神病若くは神經病の素因があるものは、取り分け以上の衞生法を守りて心の安靜を務むべきであります。古來此年代を目して厄歳と云ふのも強がち無意味ではありません

次に現はるゝ女子變換期の障礙は

體質上の變化

てあります。此變化も極めて著しいもので、時として自分からも「弱くなつた」と落膽し周圍からも「お氣の毒だ」と同情する樣なことがあります。かゝる變化を惹き起す第一の原因は此年齢になつて、血液分布の具合がガラリと一變して、諸處に鬱血を起す樣になるからであります。此變化は種々の方面に現はれるが、殊に屢々頭部及び顏面に鬱血して、

逆上、頭痛、眩暈、肩の凝り等を來し、又屢々消化不良があつて食慾のトンと進まぬことであります。リヨウマチ、神經痛、其他あらゆる身體の障礙で、世盛り、花盛り、働き盛りに潜伏して出なかつた病氣も、此變換期の年齡になれば恰も雨を待つて居た筍の樣に、我も〳〵と頭を持上げる樣になります

以上の變化は殊に變換期の初期、即ち四十一二歲で、月經がソロ〳〵不順になり始める頃に多いものであります

變換期に近いてゐる御婦人は豫めかゝる身體の變化を覺悟し、既に變換期に入つてゐる御婦人はかゝる變化に對抗して、見事凱歌をあげて身の健康を保持せねばなりません。精神と身體との安靜は極めて必要で、殊に無益な事項に心身を碎くのは禁物であります。食物は消化易いのを節して攝り、便通は日々之を調へ運動を適度し、障礙が甚しければ大事に至らぬ前に必ず醫者の診察を乞ふべきであります

便通の不整と消化の不良とは取り分けて變換期に肥滿する婦人に多いものであります。月經が止み生殖機能がなくなつて身體に脂肪が增してくれば、立ち居擧動が不自由で不活潑になり、疲れ易く汗を發き易く、呼吸が困難で動悸などする樣になります。斯る婦人は務めて平素の仕事を勵み、時々近郊に散策して新鮮なる空氣を呼吸し、且つは心臟の力を强めねばなりません

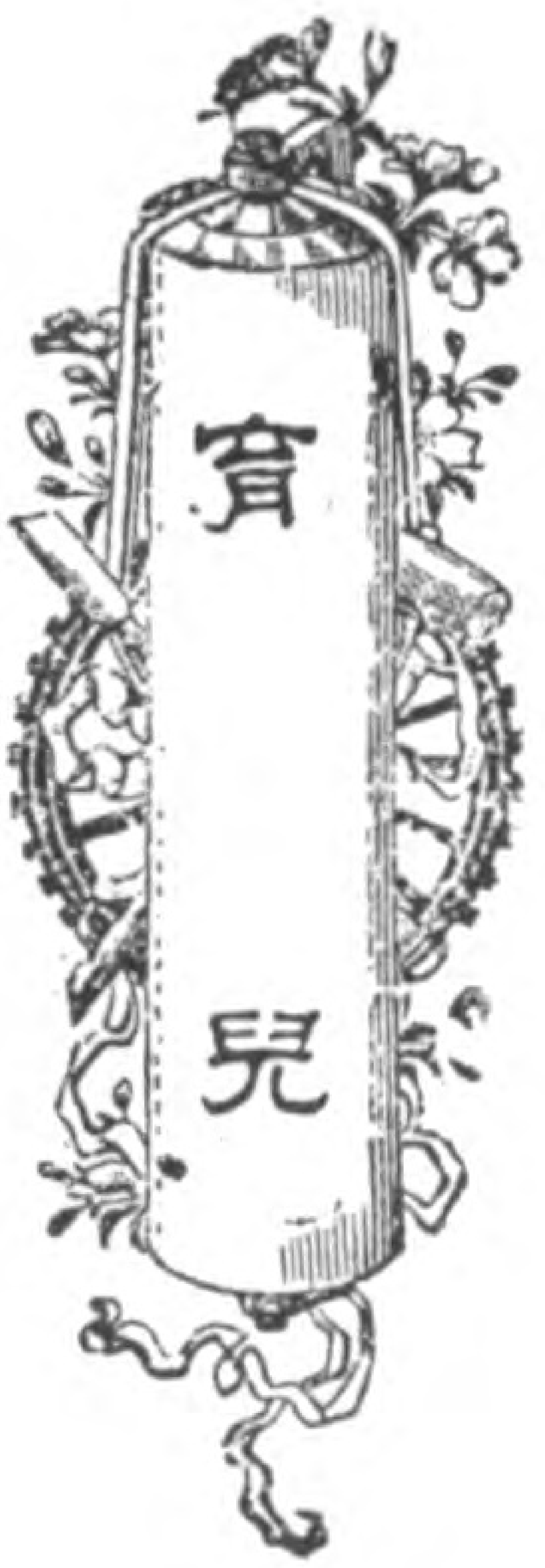
之に反して變換期に入りだん〳〵瘦せ姿になり、今迄張り詰めた水々しい美色に引き換へ、雄皺、雌皺を湛へて急に老境に沈む婦人もあります。かゝる婦人は肥滿性の婦人と違ひ。餘り、運動をしてはなりません。後者が野外に散步するとすれば瘦せ性の方は郊外に出て草を敷て靜坐し、自然の浩氣から圍まれ、惠みある太陽から照らされねばなりません。肥滿性の方は粗惡な食を不足勝ちに攝るのに關せず。瘦せ性の者は牛乳、鷄卵、肉類、乾酪等の營養品を多量に飲食すべき必要があります

Digitized by Google　Original from UNIVERSITY OF MICHIGAN

衣服は輕く暖きを主とし、無理に緊く締めるのはよろしくない（本誌二〇八號參考）、下着は冷くなきを要する、冷へ性の痩せた婦人は冬期に於て殊に此點に注意すべきであります。足袋は常に清潔で乾燥したのを用ひ、風呂は少くとも一週二回以上を浴し、夏は更に冷浴を行ふのもよい

種々の症狀思はしくなく、平素の攝生養生でなほらなければ、何時迄も慢々として樂天せず、病根の深くして拔けざるに至らぬ前に、早く專門家の診察を乞ふべきであります

（完）



腎臟炎と發疱

醫學博士　瀨川昌耆君講話

▲遂に腎臟炎を起す　小兒が皮膚病になつて水腫を起した場合には大概皮膚病の方は奇麗に癒つて仕舞うのが常である、左れど此の水腫を起すと云ふは全く腎臟炎を發した爲めで腎臟炎が起ると水腫が出來るのです、ソコで素人は之れを見て胎毒が內攻したと云ふやうな誤解を醸すに至つたのであります元來皮膚と腎臟病とは一定の關係あるものと見て皮膚病が起ると往々腎臟炎を醸し易く從つて水腫の出來るやうな次第になるが、腎臟炎を起して水腫が起ると今も申す通り皮膚病は大抵癒つて仕舞うのです、夫れを俗間では反對に考へ皮膚病を癒したとか、或は藥を附けて故意に癒した爲め遂に毒を追込んで水腫即ち腎臟炎を起したと云ふのです、夫れ故俗間で云ふ處の胎毒の患者を診察した醫師は往々滑稽の怨言を云はれる事がある「何うも醫者が强い藥を貼けさせたから夫が爲めトウ〲水腫を起し腎臟炎に變症させて仕舞つた」と如何にも醫者が診斷違ひでもして間違つた藥でも與へたかの樣に親達から怨みを云はれます、併し斯る患者の病症になるとヨシ藥を

與へずとも腎臟炎に變ずるものであるのに藥を附けた爲め胎毒が內攻した抔と云はれるのは未だ〳〵世間でも胎毒の說に誤られて居るからであります

▲恐れむべき皮膚病の小兒　斯う云ふ考へが世間一般の人の腦裏にあるから醫師が皮膚病のある小兒を診察して夫れに對して藥ても與へんとすると其の親は「藥丈けは見合せと致しませう病氣を追ひ込むと往けませんから」と斯んな事を云はれる者は大分澤山ある、夫れなら何れ程其の皮膚病が廣がつても放棄つて置くかと云ふと正逆に爾うでも無い、頭部から顏、顎、頸のあたりへ一面に廣がつて濕疹の中から目口ばかり見えると云ふやうな一見如何にも不憫な狀態に迫ると據どころ無く醫師の許に來て治療を乞ふやうになるが扨て斯うなると容易に癒りません、夫れよりも輕症の內に癒せば手も懸らず癒るのも早いから俗說に迷はされず皮膚病が出來たら早速治療を受けるやう勸告いたします

▲皮膚病は重き病の基　尙モ一ッ此處に御注意して置くのは皮膚病から往々腎臟病を起すことがある此の腎臟病と云ふのが中々輕い病ひでないのです既に皮膚病が其の輕くない腎臟病の原因となることがあるとすれば皮膚病は人の考へられてあるやうな無害の病氣でない、忽にすべからざる病氣なることがお分りでありませう

▲發疱の利害　胎毒を追出す爲めだと云つて頭部へ大きな發疱など貼りつけた小兒がある、一見した處誠に不憫ばかりでなく其發疱の跡の毛髮は禿げて仕舞ひます發疱はナカ〳〵强い藥であると云ふ事は誰でも御承知でせうが扨此藥は昔から貼らせるやうなもの丶或は小兒の衞生上害のある次第てはあるまいかと斯ういふ御質問は度々受けますから之れも序に說明して置きませう一體發疱と云ふは芫菁(斑猫)と云ふ毒虫を用ふるもので用法を誤ると夫れこそ前に云ふた腎臟病を起すなどの劇藥であるから猥りに小見に用ゐてはなりません、ヨシ害がないにしても發疱などて毒を追出す抔と云ふ事は實際出來るものでないのです

(終)

Digitized by Google　Original from UNIVERSITY OF MICHIGAN



質疑

問○自轉車乘は身體健康上に障害有之候もの歟、肺及胃腸病には如何又身體少しく不健康にても別段差支無之ものにや自轉車の身體に對して如何なる影響を及ぼすものにや右伺ひ上け候

山形　一會員

答○自轉車乘は身體運動上有効にして過乘せざれば障害無し輕度の胃腸病には適度に乘車して往々奏効することあり然れ共自轉車は殊に寒冷なる季節にありては上部氣道卽ち鼻咽喉氣管等に刺戟を蒙り易く隨て此等器關の炎症に侵され易きが故に虚弱なる者は注意せざるべからず且つ烈しく體を前屈する乘車法は呼吸運動を障害するが故に宜しからず一般に適度なる自轉車乘は身體に有益にして過乘は害あり

問○本年廿七歳の婦人にして結婚後四年に相成候得共一度も妊娠せず婦人專門醫の診察を請ひしに子宮内のたゞれしものとの事にて毎日洗滌いたし居り候へども未だ全癒せず別に良き御療法はこれなく候哉又子宮内のたゞれ居る間は妊娠はむづかしきものなるや何卒御療法を御示教下され候樣願上候

熊本　一婦人某

答○不妊の原因は甚だ多く一々枚擧に遑あらず、體格榮養中等の婦人にして愛兒を擧るを得ざるは其責男子にあるか（無精症）又は婦人生殖器の種々の疾患にあり、先天性畸形を除くの外卵巣、子宮等の慢性炎症、腫瘍及び子宮位置の變化は最も多き原因に屬す、故に是等の疾病を治癒せしめざれば妊娠を期待することを得ざるべし、多分は慢性子宮内膜炎ならん、氣永く專門醫の治療を仰ぎ傍ら日常の攝生と身體の健康に留意せらるべし、尚ほ主治醫に問ひたる上適當の時期に溫泉等に浴す

Digitized by Google　Original from UNIVERSITY OF MICHIGAN

るも又可ならん

○問　昨年六月生の女兒當時母乳の充分なるより牛乳を用ひず目下に至り母乳の不足を來せしより牛乳を飲用せしめんとすれども拒んで用ひず米汁鷄卵等を用ゆれば少しく便秘の徵あり昨今乳食のネッスレ氏ミルクフード」を用ひ居候へ共餘り嗜好致さず又或醫師は「ミルクフード」ハ危險の虞れあれば寧ろ米汁を用ゆる方却て安然有効ならんと、右は何れを採ても差支無之ものに御坐候哉又米汁とすれば少しく鹽分を混和すれば甘味よりも喜んで飲用致候が無害に候哉其他に良法有之候はゞ詳細御敎示被下度奉懇願候

東　京　京橋一會員

○答　右女兒と同じ頃出產せる（年齡も亦餘りに相違なからんことを要す）身體健康無病の乳母を雇入れて養育するは最も安全にして此れに優るものなし然れども事情已を得ざる場合に於ては此れに次ぐ良法として牛乳を以て人乳に代用せらるべし乳兒の消化器關は過度の負擔に堪え難きを以て米汁鷄卵等は稍や長ずるに至るまでは寧ろ用ひざるを可とす其他人工營養品として世に知られたる者甚だ多しと雖も就中ネッスレ氏ミルクフード」は牛乳に次で用ゆるに足るものと信ず牛乳又は「ミルクフード」に極めて少量の上等食鹽を混ずれば屢々乳兒の好んで服用する處にして決して有害ならざるのみならず便秘せるに際しても通利を促すの効あるものとす而て母乳に乏しき小兒にあつては往々營養の不良を來し感冒、腸胃の加答兒其他の疾患に侵され易く爲めに身體の發育を阻害せらるゝことあれば一般攝生方には最も重きを置かれんことを勸告す

Digitized by Google　Original from UNIVERSITY OF MICHIGAN



雜報

○殉國の看護婦

過ぐる卅七八年戰役の際我が日本赤十字社より戰地に向けて派遣したる救護班員の總數は四千八百五十四名に達し凱旋後生存者に對しては夫々行賞の御沙汰ありたるが前記出征者中不幸病の爲に殪れたるもの百七名を數ふる内這般醫長一名、醫員三名、調劑員一名、書記一名、看護人長四名、看護人三十四名、輸送人十名、病院船乘組運轉士一名及び看護婦長二名、看護婦十八名合せて七十五名は全く公務に基因せる疾病の爲めに死殁せるものとして特旨を以て本月執行の靖國神社臨時大祭に合祀さるゝことゝなれり婦人の合祀は靖國神社創立以來始めての事ゆゑ爰に此の榮譽の思召にあづかれる諸氏の氏名を列記せんとす

靜岡縣富士郡大宮町百八十一番地　看護婦長　土屋つぎ子(廿八)
栃木縣上都賀郡西大蘆村大字草久　看護婦長　大貫つめ子(卅七)
千葉縣安房郡國府村谷　館　けい子(四十)
神奈川縣中郡大磯町　堀江たか子(卅八)
府下豐多摩郡千駄谷村字千駄谷　栗原きん子(廿六)
埼玉縣埼玉郡岩槻町大字岩槻　大熊よし子(廿五)
府下南多摩郡南村字成瀬　堀江とよ子(三十)
三重縣安濃郡新町大字八町　和田みつ子(四十二)
新潟縣中頸城郡有田村大字春日新田　若山みと子(廿七)
石川縣金澤市上石引町　河崎　延子(廿八)
佐賀縣佐賀郡久保田村大字德万　大島さと子(廿六)
福岡縣山門郡高瀬町大字下庄　田中すゞ子(廿八)
奈良縣吉野郡上北山村大字小橡　岩本さみ子(廿六)
山梨縣甲府市二十人町　加藤ふじ子(廿六)
北海道歌棄郡歌棄村字有戸村海産干場　洲　せい子(廿五)
北海道札幌郡篠路村字山口　一柳つか子(廿二)
岡山縣御津郡鹿田村字大供　三宅けい子(卅二)
三重縣一志郡七栗村大字庄田　前田むら子(廿五)
神田區末廣町十七番地　大塚　虎子(廿四)
和歌山縣西牟婁郡富二橋村字鱧野川　知野やす子(五十二)

以上二十名の中館けい子以下は何れも看護婦にして

病院船、病院等に勤務中職の爲に殪れたるもの尙ほ此外に男女八名の不合格者あり是は平和克復後一等症にて病歿したるものなり右に付き靖國神社賀茂宮司の語る處に據れば是迄婦人にて戰病死したるもの隨分多けれど何れも當時の御詮議によれるものにて決して不公平などのあるべきにあらず加之這般の臨時合祀は獨り看護婦のみならず代用從卒もあれば馬丁も郵便脚夫もあると云ふ有樣ゆゑ此の有難き思召に接したる戰病死者は言ふに及ばず遺族の人々も必ず無上の滿足を表するならん

○種痘施行方法の改正

從來東京市の種痘は每年春秋二季に施行し來りたる處今度之を改正し每年嚴寒極暑の時季を除くの外年中無期限にて施行する事と定め客月以來實施し來れるが其施行所は各區役所幷に特置の場所にて每週施行日を定め午前若くは午後に於て市醫出張施行する事と爲したり各區施行日割左の如し

（每週施行）△京橋區、月曜△淺草區、水曜△本所區、金曜
（各週施行）△神田區、木曜△下谷區、水曜△牛込區、土曜△小石川區、火曜△芝區、木曜△日本橋區、土曜
（各週引續二回施行）△深川區、金曜
（每三週施行）△麴町區、水曜△赤坂區、水曜△本鄕區、水曜△四谷區、月曜△麻布區、月曜

○博覽會の衞生問題

東京醫會會長北里博士は同會臨時總會の決議に基き四月三十日東京勸業博覽會の衞生上に於ける設備の改善に關し大要左の如き建議書を千家博覽會會長に提出したり

東京勸業博覽會は會場の構造、汚物の處置、用水の供給、病毒の豫防等の方法用意の周到を缺きたるもの甚だ少からず爲めに識者の批難を聚むるに至れるは遺憾の次第なり是れ建造物の設計設備等に關し當初衞生に關する知識を有する專門家の意見を徵せざりしに由因す左に最も著明なる缺點を列記し速に之れが改善を謀られんことを望む

第一換氣窓　各館上部の換氣窓の外に下部にも亦た通風口を設くる事

第二便所　便所の設計は豫め一日の入場者數場內滯留時間、排便の數量等を調査し之れに應ずる設備と處置法とを設くるを當然とす然れば場內既設便所の不足なると其規模の餘りに小なると其の構造の不完全なる便壺以外の周邊に不滲透性物の敷設なし此際場內に規模の稍大なる便所數個を建設し周圍には可成廣く不滲透性

物を散殺すべし殊に最日第二會場に於て其場所掃除人が汚物を容器に汲取ることを爲さず直に之れを場内の溝渠に放撒したるが如き豈衞生上の取締行はれ居るものと見做すを得べけんや

第三唾壺　各會場唾壺は其設備不完全にして且つ其數少なく特別の固定裝置なき爲め雜沓の際動もすれば轉倒するを免かれず殊に屋外配置の者に至りては設備なきを以て驟雨一度び到れば内容忽ち迸出するの虞あるも是等に對する用意全く缺如せり

第四飲用水　設備亦甚だ乏し此際宜しく上水栓を十分に設置し一栓に數口を設け數人同時に含嗽飲用するに適せしむべし

上記の外尙多雨の候に際する場内雨水の排除、飲食店よりする汚水の處置、飛塵防止の撒水法、賣店所在地の汚水及塵芥の處置等改善を要すべきものあり此の場合飲食物の監督勵行の必要多きを認む

○東京市學校醫の會合

市内十五區の小學校醫は去七日午後一時より市會議事堂に集り發會式を兼ね打合會を開き尾崎市長緒方衞生顧問の演説ありたる後緒方氏座長席に就き左の事項を議決したり

視察簿の樣式○學校傳染病豫防及び消毒方法○學校淸潔方法○兒童身體檢査結果の前後比較對照○兒童入學の際に於ける身體檢査○教員候補者の身體檢査○教員の身體檢査學校建築及校具購入に關する衞生の意見

○學校衞生の普及

第一回小學校醫々會は去七日午後東京市議事堂に於いて發會式を擧げ尾崎市長開會の辭に次いで緒方醫學博士、遠山醫學博士等學校と衞生に關する一場の演説ありたり今遠山博士の述べられたる概略を左に掲ぐ

▲家庭と學校衞生　學校衞生の大切なることは今更云ふ迄もなく又衞生上の注意如何が直接或は間接に家庭に及ばす影響は頗る重大なるものである、故に學校は傳染病の媒介所なりとの悲觀を抱かしむるに至りし事さへ屢々耳にするが近い實例に曾て私の家庭にトラホームを輸入された事があつた此の經路に就き自分の觀察によると何うしても子供が小學校から感染して來たと信じて居る此一例でも兒童に對する學校衞生の忽にすべからざるとは瞭かなことであらう

▲形式的の建築　夫れから校舍の建築も大に衞生的改良を施さねばならぬ成規になつて居る併し法律や

成文は之を活用させなければ何の役にも立たぬが夫を働かして完全ならしむるは即ち局に當る學校醫の責任が尤も大なることて其の間の注意がなかつたら折角の法律も其の甲斐が無からうと思ふ麹町の或る小學校だが竣工した處を參觀すると成程窓は南にあつて光線は左から受けるやうになつて居た、去れども窓の構造と光線の直線する比例が相當しないて餘り烈しく光線が反射し神經質の兒童には授業時間中は堪へ難からうと思ふ程であつた是等は單に成文にのみよつて全く肝腎な注意が足らぬ故であらう若し相當なる注意者があつたら斯くの如き遺憾は無からうと思はれる

▲疾病は未然に發見す　次には體育上體操を課し運動を奬勵する事であるが其中に兒童の疾病に就いては學校に於て片時も油斷の出來ぬ事と考へる、私の見た一例を申せば一男生があつて脚部にリウマチスの疾患があつた、然し子供の事故昇校しても別段體操の教師に疾病のあることを告げもせず命ぜらるゝ儘に稍烈しき運動を爲した、然るに其翌日に至り此の生徒は俄に重患に陷り治療の爲め少なからぬ時日を費したと云ふ事であつた又其の病氣なども大事に至らざる前に發見し適當の處置を施せば忍耐力を恢復する等深い關係のある事で是等も學校醫に於て未然に發見したら兒童の幸福は如何許りであらうか

▲兒童の感化　總て兒童の感化は學校の教師並に學校醫の教ふること程深く腦底に入りて實行し易いものはない或時子供が學校から歸つて來て何より先きに手先きを洗つたので、何故今日に限つて手を洗ふのだと尋ねたら「學校でお醫者さんが歸つたら直ぐに手を洗へと申されたからです」と答へ必ず毎日歸つて來ると第一に手先きを清淨に洗つてからで無ければ他の事をせず遂には夫れが習慣となつた、是等は衞生上から見ても殊に結構な事だが學校の感化力は斯くの如き範圍まで普及さるゝのであるから學校醫が平常の注意如何は直接效果の顯はれるものてある云々との事なるが小學校の保護者は勿論父兄たる

ものも始終留意ありたきものなり

○混砂米は無害

混砂米の衛生上に有害なりや否やは一般社會の注意する所にして過般内務省に開ける地方長官會議に於ても亦此問題に就て頗る議論ありたる由なるが其後衛生局は特に衛生試驗所に於て試驗を行ひ北畠、横手二博士等の意見をも徴して綿密に研究したる結果有害に非ずと決定したり然れども該試驗は單に東京米に付てのみ行ひたるものなれば之を以て一般各地に於ける混砂米を律すべからざるは云ふ迄もなきとなるを以て各府縣に於ても日常食用する混砂米に對し充分なる調査を施し然る上更に衛生局に報告するとになり居れるが要するに現今一般に使用する程度に於ては決して有害なりと認定する能はずとのことにて混砂米の禁止は當分これを不問に措くならんか

○勳六等の看護婦

今回日露戰役の勳功により日本赤十字社救護班の看護婦の中に勳六等に叙し寶冠章を賜はりし榮譽ある佐藤こずゑ女史の生れは福岡にて立花家の藩中なるが幼少の時より上京して東京に生長し小學校を終へて當時家庭にありしも平素仁慈の心深く憐むべき病者に同情を表し明治二十五年の春廿二歳にて日本赤十字社看護婦見習となりし以來專心一意其職務に盡し常に他の模範となり幾度も賞與せられしが卅三年の役には救護班に屬して從軍し勳七等寶冠章を授けられ三十五年中聘せられて朝鮮に行き濟衆院にて病者の看護に從事し在職滿一ケ年にして歸朝し再び澁谷の赤十字社病院に監督として復歸し三十七八年戰役には救護員として戰地に渡らざりしも平常職務の餘暇ミスヴエスト氏に就て熱心に英語を學び居り大に熟達せしよりミセス、リッチヤードソン及びミセス、マッギーの一行と共に數々戰地の視察に赴き兩女史の爲めに通譯の役を勤め役終つて後暫時澁谷分院に在勤せしが昨年五月職を辭して基督教の傳道に從事せる宇津木勢八氏と結婚の約成り今は同

Digitized by Google　Original from UNIVERSITY OF MICHIGAN

氏の妻として鎌倉に居住しつゝあるが十五年の長日月毫も過ちなく熱心なる基督教信者として平素至極溫順の質なれども又た嚴格にして動作活潑而も病者を勞はり慰むる時は骨肉も及ばぬ程にて誠に看護婦の好模範として感ずべき人なりしと

○日本製石鹼の缺點

內務省東京衞生試驗所の試驗成績報告の大要を掻摘んで茲に掲ぐる事とせり

東京衞生試驗所技師藥學士慶松勝左衞門君が當試驗所で昨年日本製の石鹼五十餘種を取り寄せて試驗ざれし其の結果に就て之を七年前に試驗した成績とを比較して見るに其の製法が多少改良された點も認められない事はないが槪して一層亂雜になり行く傾向が著るしい　甚しきに至つては四割位もメリケン粉の混入して居るものがあつたが斯樣な品はメリケン粉を石鹼と稱して賣て居ると云つても差支はない位て之を買つて使つて居るものは少なくも其價の四割は無益なるメリケン粉に代を拂ふて居る者と云ふとが出來る、今度の試驗に依るに五十餘種の石鹼の中て全くメリケン粉を含んで居ないものは唯高評石鹼、藥用石鹼、博愛石鹼、アルボース石鹼、スミレ石鹼、花王石鹼の六種に過ぎぬとの事なり、昨年の試驗は只東京市及び其の附近の物のみを取寄せたのであつて廣く全國のを集めて試驗した譯ではないが若し全國に渉つて試驗してその統計を作つたならば其成績は尙ほ一層粗雜なる結果と爲りはせぬかと思ふ、素人で石鹼の精粗善惡を試驗する簡單なる方法を示せば、先づ石鹼の一部分を熱湯で融してヨードの水溶液を滴下して見よ、靑藍色の出ないのならば其品に澱粉質即ちメリケン粉のない證據である、決して香氣が善い惡いて石鹼を品評することは出來ない、メリケン粉のないものは却て香氣が充分に附ない樣なこともある試驗の結果に依るに現今の石鹼は槪して粗惡なる質のものが多數を占めて居る、之を七年前の試驗成績に徵するに、澱粉を混じて石鹼の量を增加するとか冷製法に依て香氣のみに腐心して

Digitized by Google　Original from UNIVERSITY OF MICHIGAN

爲に醇化を不十分ならしむる等の點に於て製法は愈よ亂雜になる傾きが著しい云々とのことなり

○私立衞生會總會

土方伯を會長とせる大日本私立衞生會にては來る二十五日赤坂溜池三會堂に於て第二十五次定期總會を開き原内相の演說役員改選等あり午後よりは三宅、片山、北里各博士、窪田衞生局長、山根正次君等の衞生に關する講話ある筈なり

○結核罹病敎師の前途

過般の關東聯合大會に於て「學校敎員中若し肺結核に罹りたるものありたるときは直に之を停職せしむべし」との議案を何れも可決したるが右に付文部當局者の語る處に依れば就職中該病に罹りたるとて急に其職を停むるは殘酷の感なきにあらず然りとて其儘になし置くは學校衞生上頗る危險なることとなれば何んとか硏究の上相當の方法が設くる方針なりと云ふ

○塵芥掃除の市營

近頃東京市内十區に亘り塵芥汚物著しく堆積し公衆衞生上甚しき不都合を醸せる事なるが今更に其眞相を聞くに從來市内の汚物塵芥は各區受負人の手を經て千葉縣地方の肥料業者に賣却し來れる所本月に入りて同地方の塵芥運搬船の出入杜絕したるが爲め一時各區の掃除受負人は其排除の途なきに依り遂に塵芥の堆積を傍觀するの止むなきに至れるものなるが其原因につきては去三月某會社が市内塵芥汚物掃除の一手受負を計畫し其許可を市長及び市參事會に宛て出願したる所市當局者は去明治三十三年汚物掃除問題起りて遂に市會の體面を潰せる覆轍に鑑みて同會社の出願を許可せざりしより種々運動の結果市内を塵芥責となし以て一手受負の利益を壟斷するの策ならずやと傳ふるものあり玆に於て乎警視廳は市内衞生上一日も捨て置き難きより同廳第一部にて司法警察上の問題として其原因を取調ぶる方針なる由にて市當局者も玉川の砂利船七隻を運搬船に流用し各區受負人も夫々船を雇ひて深川區平久町塵芥燒

却場に運搬し目下同處には運搬船の出入日々八九十隻に上りたるより各區の塵芥は漸次減少して昨今の處にては淺草及び京橋區内に多少の堆積を見るのみなるが平久町の塵芥燒却場は其面積六萬坪に上るを以て假令今後千葉方面の運搬船來らざるも決して塵芥投棄の場所なきに苦しむが如きことなかるべしと云ふ然るに之に關する市當局者將來の方針を聞くに歐米各國の大都府に於ては皆規模宏壯なる塵芥燒却場を有し獨逸漢堡の如きは五十二萬馬克の巨額を投じて燒却場を作り其火力を利用して電氣を起し其殘灰を道路修築に使用する等其設備皆完全ならざるはなきより今回の障礙起れるを機とし歐米諸國の設備を參酌して綾瀨村塵芥燒却場四千五百餘坪に設備を施し一日も早く市の直營を斷行せんと欲する希望にして目下之が調査中なりと

大日本婦人衛生會記事

本會五月例會

本月四日（第一土曜日）午後一時半より神田一ツ橋通り女子職業學校内に於て例會を開く、當日は豫て宮本仲君講演の筈なりしが病氣にて缺席せられ、其の代演者として醫學士野崎寛制君には實扶垤利亞に就て最も懇に趣味ある講話をなし且つ「ヂフテリア」菌の供覽あり、傍聽者も無慮百餘名にて中々の盛會なりしが同四時頃閉會せり、當日出席せられし役員は左の如し

三宅　藤子　高橋　孝子　田村きよ子　濱尾　作子
小川　孝子　鳩山　春子　宮下　咲子　高木　鍛子
岸　澄子　宮本　榮子の諸氏（出席順）

山形支會

●四月例會

去月十三日午後一時より山形女子師範學校に於て例

會を開き來會者二十餘名にして講師及び演題は左の如し

一、衛生上より見たる始末　講師　津田元德君

新瀉支會

●四月例會

去月廿一日午後一時より新潟師範學校附屬小學校に於て新潟婦人教育會と聯合の上例會を開き出席者約四十餘名講師及び演題は左の如しと

一、學童の神經衰弱症と精神低能者とに就て　黑岩福三郎君

一、子供袴及び子供前掛の裁縫　井部まさ子君

大日本婦人衛生會本支會

收支決算報告（自明治三十九年三月 至明治四十年二月）

收入

一金七千參百〇參圓六拾六錢六厘

內譯

金五千四百七拾貳圓六拾參錢六厘　本會
金五百九拾六圓八拾六錢六厘　新潟支會
金百四拾四圓參拾四錢七厘　山形支會
金八拾九圓貳拾四錢八厘　茨城支會
金參百七拾壹圓〇貳錢　宇都宮支會
金四百拾參圓八拾錢（自卅九年四月 至四十年三月）　高崎支會
金貳百拾五圓七拾四錢九厘　米澤支會

支出

一金四千百〇六圓九拾六錢參厘

內譯

金貳千六百五拾六圓七拾五錢五厘　本會
金四百四拾六圓六拾參錢貳厘　新潟支會
金百拾參圓八拾四錢　山形支會
金八拾八圓貳拾五錢四厘　茨城支會
金參百四拾圓四拾貳錢七厘　宇都宮支會
金參百貳拾貳圓參拾錢　高崎支會
金百參拾八圓七拾五錢五厘　米澤支會

殘額（明治四十年三月現在）

一金參千百九拾六圓七拾錢參厘

內譯

金貳千八百拾五圓八拾八錢壹厘（三十九年十二月現在）　本會
金百五拾圓貳拾參錢四厘　新潟支會
金參拾圓五拾錢七厘　山形支會
金參拾圓五拾九錢參厘　茨城支會
金九拾九錢四厘　宇都宮支會
金　高崎支會
金七拾六圓九拾九錢四厘　米澤支會

○本會入會者

○四谷松本育子紹介
●四谷區荒木町四、龜泉方　通常會員　新井梅子

○牛込小川孝子紹介
●韓國元山津旭町二丁目　通常會員　宮原いく子

○愛媛縣伊藤てい子紹介
●大阪西區江ノ子島東ノ町十一、　通常會員　村上かつ子

○神田尾崎つや子紹介
●府下入王寺入日町三十三、　通常會員　杉山とよ子

○高崎支會入會者

○藁谷操子紹介
●高崎市連雀町十五　通常會員　橋本その子

○宇都宮支會入會者

●　特別會員　久保井みね子
●　特別會員　野口ひろ子
●　通常會員　渡邊しゆん子

○山形支會入會者及會員變更

○幹事佐柳ちよ子紹介
●山形香澄町　特別會員　織田はる子

○幹事西野きぬ子紹介
●山形檜物町　通常會員　山崎ひで子

○幹事友田ため子紹介
●山形　特別會員　遠山その子
●通常會員改メ　特別會員　高木こう子

○轉居

●長崎縣南松浦郡福江樹林方へ　松本友代子
●滿洲大連伊賀町へ　久保田不二子
●麻布區笄町十五へ　水原きん子
●麻布區本村町一一六へ　福島鶴子
●岡山縣高梁町字新町へ　吉富志茂子
●府下豊多摩郡中澁谷七五へ　富岡ふみ子
●牛込區天神町七六へ　鵜飼よし子
●芝公園十一號二番澤運寺內へ　伊東かう子
●深川區東仲町十六中島米子方へ　山本花子
●相州片瀨へ　佐藤梅摩子
●大森茺井宿へ　內　靜子
●韓國鎭南浦旭町十五へ　安田竈子
●青森市新案町入三郵船會社々宅へ　久德喜代子
●牛込區北町十一へ　宍戸さく子
●神田區元柳町三十原方へ　大久保晃子
●京橋區築地二ノ六へ　高橋清子
●麻布區富士見町九へ　石河さと子
●赤坂檜町三へ　福地衣子

滋養新劑 プリコナール錠

本劑は醫學博士**北里柴三郎**氏指導の下に**佐伯矩**氏が牡蠣の滋養成分に就き研究の結果創製せるものなり本劑は滋養劑として病者及一般衰弱者に有効なるのみならず**心臓を強め盗汗を治し速かに體力を恢復**し元氣を旺盛ならしむる特異の効能ある事を多數の醫學者に證明せられたり……本劑の說明書は御申越に從ひ呈送す

消化新劑 タカヂアスターゼ

本劑は工學博士薬學博士**高峰讓吉**氏の發見に係る澱粉消化新藥なり我醫學諸大家が治療上に於ける本劑の効果に就き發表せられたる實驗報告を集載せる**說明書**は御希望に依り無代郵送す

本劑は粉末及錠劑各大小容器入として各地藥舗に販賣す**類似品**あり必ず高峰氏タカヂアスターゼと御指定を乞ふ

發賣元　東京市日本橋區南茅場町

三共商店藥品部

私立大日本婦人衞生會

山形支會規則

第一條 本支會は私立大日本婦人衞生會々員山形市在住者を以て組織す●第二條 本支會に會長副會長の外 幹事四名評議員若干名を置く會長副會長は公撰し幹事評議員は會長之 を選任す役 員の任期は一ケ年とす●第三條 本支會は毎 月一回(第一日曜日)講話會を開き毎年一回(五月)總會を開き講話の 外役員の撰擧庶務會計の報告をなす●第四條 入會せんと欲するものは宿所姓名 並に第五條の通り會費を添へ會員に紹介を依賴すべし 本支會を退會せんとする時は其旨幹事に申出づべし●第五條 本會々費は會計幹事に納むべし但し六ケ月又は一ケ年分新に入會のものは 其月より六月又は十二月迄の分を一時に納むべし●第六條 服裝は精誠質 素なるを要す上着及羽織は絹布を用ひるを禁ず

明治三十三年二月四日創立

事務所山形市旅籠町新築西通二百八十九、北島氏方

山形支會

私立大日本婦人衞生會

宇都宮支會規則

第壹條 本支會ハ私立大日本婦人衞生會宇都宮支會ト稱ス●第貳條 本支會ニ會長一名副會長一名評議員拾五名幹事四名ヲ置ク會長副會長ハ公撰シ評議員幹事ハ會長之ヲ撰任ス 各役員ノ任期ハ一ケ年トス●第參條毎月壹回(第一日曜日)講話會ヲ開キ毎年五月講話ノ外役員ノ改撰庶務會計ノ報告ヲナス●第四條入會ハ宿所姓名ニ第五條ノ通リ會費ヲ添ヘ事務所ヘ申込ミ又ハ會員ニ紹介ヲ依賴スベシ本支會ヲ脱會又ハ本會ヲ退會セントスルトキハ其旨事務所ニ届出ツベシ●第五條本會々費ノ外別ニ支會々費ヲ要セズ會費ハ一時ニ六ケ月又ハ十二ケ月分、新タニ入會ノモノハ其月ヨリ六月又ハ十二月迄ノ分ヲ納ムベシ●第六條本支會ハ別ニ支會々員ヲ置キ支會會費トシテ一ケ月金五錢ヲ納ムルモノトス●第七條講話會ニ出席ノ節ハ成ルベク家族又ハ知合ノ婦人ヲ誘引シ傍聽セシムベシ●第八條服裝ハ精誠質素ナルヲ要ス上着及羽織ハ絹布ヲ用フルヲ禁ズ●第九條特ニ支會規則ニ掲ゲザルモノハ本會ノ規則ヲ準用ス

明治三十四年二月三日創立

事務所宇都宮市馬場町

宇都宮支會

私立大日本婦人衞生會

新潟支會規則

●第一條 本會は大日本婦人衞生會に屬し婦人衞生の研究を 目的とし兼て一般慈善事業を爲すにあり ●第二條 當支會の會費は左の六種とす終身會員一時限り出金貳拾五圓 特別會員毎月金參拾錢通常會員仝金貳拾錢 支會員甲毎月金拾錢乙仝金五錢 ●第三條入會せんとするものは 役員に申出て其承認を得べし ●第四條會費毎月拾五錢以上を納むるものには 本會衞生雜誌を配布す ●第五條會費は雜誌料として一部を本會へ納め 殘金は銀行へ貯蓄して衞生慈善資金とす ●第六條支會には會長一名 副會長一名評議員十五名幹事五名理事一名を置く會長副會長は總會に於て公撰し 評議員幹事は會長之を撰任す 各役員の任期は一ケ年とし 再撰するを得役員は總て無給とす ●第七條支會は毎月六日通常會を開き 衞生及び慈善に關する演說をなすべし ●第八條毎年一月 總會を開き支會の要務を擧行す●第九條 本會は毎年春期懇親會を催し 時宜によりては 慈善販賣店慈善演藝會等を開くことあるべし ●第十條 天災事變に際し慈善救濟を要する場合に於ては特に會員中の有志者より 物品の寄贈を募ることあるべし 會員外の篤志者より臨時金品の寄附あるときは 役員の協議を以て 特待員又は贊成員となすべし●第十一條 一般慈善事業の贊助 天災事變の救濟の事務は役員會の決議により實施するものとす ●第十二條 支會々員は服裝其他を質素にし集會の際は成可く綿服を着用すべし ●第十三條 特に本規則に掲げざるものは私立大日本婦人衞生會の規則を準用す

明治廿九年四月創立

事務所新潟市本町通十三番戸中村しけ子方

新潟支會

Digitized by Google　Original from UNIVERSITY OF MICHIGAN

私立大日本婦人衛生會

高崎支會規則（明治三十五年四月創立）

●第一條 當支會は大日本婦人衛生會に屬し汎く婦人をして人生の健康を保持する方法を講究し衛生上の智識を開發せしめ隨て社會全般の幸福を增進するを目的とす●第二條 當支會は大日本婦人衛生會高崎支會と稱し事務所を高崎市寄合町五十番地に設く●第三條 當支會は高崎地方在住の本會々員と支會限りの支會員とを以て組織す●第四條 本會又は支會の會員たらんとする者は住所姓名及び會員の種類を詳記し三箇月分以上の會費を添へ申込まるべし●第五條 當支會に學術其の他の裨益を與へらるゝ人士を推して講師又は篤志贊助員となす●第六條 當會員にして轉居死亡又は退會の時は速に其旨事務所に通報せらるべし●第七條支會に左の役員を設く會長一名副會長一名幹事六名評議員十二名●第八條 役員は會員中より公撰し會長副會長は役員中より互撰す又幹事評議員は役員中より會長之を指名す但役員の任期を一箇年とし再撰するを得●第九條 本會の特別贊成員を定員外の評議員とす●第十條 當支會は毎月一回講話會を開き毎年一回總會を開く者とす總會に於ては講話の外役員の改撰會務の報告等をなす●第十一條 會員及贊成員の家族並に篤志贊成員は集合に參列するを得但時宜により男子の參列は謝絕することあるべし●第十二條 本會々員は本會費の外別に支會費を要せず支會限りの會員は支會費として一箇月金五錢を出す者とす●第十三條 總て會費の徵收は集會の席上に於てするを例とす但三ヶ月分以上宛前納すべし●第十四條 支會の所有金は支會の名義を以て銀行に預け置くものとす●第十五條 會員又は會員外より金員物品の寄附ある時は之を受納す●第十六條 本會所有の金員物品を慈善事業等に使用せんとするときは衆議に諮るものとす●第十七條 會員は服裝其他を質素にし集會の節は時間等を確實に履行すべし●第十八條 特に此規則に揭げざる者は本會の規則を準用す

●事務所 高崎市寄合町五十番地

高崎支會

速記應囑

事務所の特長は深切にして然も迅速なるにあり●女流の會合にして男子を近け難き場合若くは著述家飜譯家等の爲めには特に女子の速記者をして之に當らしむ

麹町區富士見町五丁目九番地
佃速記事務所
電話番町四十八番

東京日本橋區本町二丁目
（電話本局千六百六番）
高橋齒科醫院
診察時間 午前九時ヨリ午後五時迄

竹中成憲著

	正價	郵稅
衞生寶典	七十錢	八錢
肺結核豫防法	五十錢	四錢
實習救急法	三十錢	四錢
簡易產婆學	八十錢	十錢
ペスト必携	三十錢	四錢

佐渡夷町
竹中診察所

Digitized by Google
Original from UNIVERSITY OF MICHIGAN

明治二十六年四月四日第三種郵便物認可

私立大日本婦人衛生會徽章規程

第一條　大日本婦人衛生會會員は其會員たることを表するため左の徽章を用ゆ





●本會徽章料左の如し
●通常會員章
第三號
メッキ製拾貳錢、送費六錢
●第二號
正銀製四拾錢、送費六錢
●終身及特別會員章
第一號
七拾錢（黑塗箱入送費九錢）
六拾錢（桐箱入送費六錢）

第二條　會員章に本會幷に支會の集會に出席する場合は勿論襟止兼用の便あるを以て成るべく平素佩用して廣く本會の普及を圖るを要す

第三條　本會徽章は右の實價を以て會員に頒つ

●入會注意

●御入會の際は三ヶ月以上の會費前納にて申込まるべし會員章は上段記載の實價にて御頒ち申候へども送費とも必らず御前納のこと●東京府下に限り毎月雜誌の配送を兼れ會費領收人を差出すべしと雖も郡部の方は地方會員の部として領收者差不出申候但東京府下の會員にても會費前納せられ合せて郵送料をも御納付相成候へば雜誌發行次第直ちに郵送可致候●追て支會々員は支會へ會費御納付のことゝす●會費は郵便小爲替にて本會事務所々在の郵便局（東京牛込築土八幡町郵便局）宛振出あるべし●會費受領證を要する節は送費として郵券一錢五厘封入せられたし●轉居せられたるときは其の旨必らず本會事務所宛通知せらるべし

●會員御紹介下され候御方には其人數丈の本會雜誌進呈

廣告料　一頁五四半頁共二分一以下同之　●特別廣告一頁拾四半頁共二分一以下同之　本誌一部定價貳拾錢

發行所　東京市牛込區上宮比町八番地　私立大日本婦人衛生會

編輯兼發行者　東京市下谷區竹町五番地　齋藤涛之丞

印刷者　東京牛込區市ヶ谷加賀町一丁目十二番地　飯田三千太郎

印刷所　東京市牛込區市ヶ谷加賀町一丁目十二番地　株式會社秀英舍第一工場

明治四十年五月十六日印刷
仝年五月二十日發行
婦人衛生雜誌第二百十號（毎月一回二十日發行）